Adrian Opre

INTRODUCERE ÎN TEORIILE PERSONALITĂȚII

EDITURA ASCR

CUPRINS

Prefață la ediția I vii

Prefață la ediția a II-a ix

Capitolul 1
Studiul personalității 1

Capitolul 2
Teoria psihanalitică a personalității 11

Capitolul 3
Teoria trăsăturilor de personalitate 59

Capitolul 4
Teoria umanistă a personalității 77

Capitolul 5
Perspectiva comportamentală asupra personalității 139

Capitolul 6
Teoria social-cognitivă a personalității 167

Capitolul 7
Teoria psihobiologică a personalității 181

Capitolul 8
O retrospectivă asupra teoriilor personalității 211

Bibliografie 227

toate cuceririle ştiinţifice contemporane lor să fie încorporate corect în model. De altfel, tocmai această evoluţie firească a cunoaşterii este ceea ce obligă orice cercetător şi teoretician la o perpetuă actualizare a propriilor teorii ca o garanţie a perenităţii lor. Aceleaşi actualizări se impun, însă, şi lucrărilor (de tipul celei de faţă) care îşi propun prezentări sintetice ori analitice, ale principalelor teorii ale personalităţii. Mărturie în acest sens stă şi ediţia de faţă în care ne-am străduit să operăm o necesară aducere la zi a problematicii de interes. Astfel, spre exemplu, rezultatele investigaţiilor recente din domeniul psihobiologiei le veţi regăsi explicit încorporate în modelele de analiză multinivelară din capitolul 7, modele ce constituie actualmente vârful de lance în modelarea personalităţii. Aceleaşi date, însă, ne permit şi o reinterpretare a teoriilor primare asupra personalităţii ai căror autori, deşi au recunoscut importanţa determinărilor şi interacţiunilor genetic-dobândit, nu au deţinut, în schimb, instrumentele şi metodele adecvate pentru a le releva şi cuantifica cu acurateţea necesară. Pe de altă parte, conştientizarea dimensiunii culturale a devenirii noastre, deşi încă insuficient încorporată în teoriile contemporane, ne ajută, aşa cum veţi constata, să înţelegem mai bine zbuciumul fiinţei umane într-o trebuinţă primară şi nevoia de absolut.

Revenind integrativ, lucrarea pe care o propunem reprezintă o trecere în revistă a teoriilor clasice şi contemporane ale personalităţii în care ne-am străduit să coroborăm tezele fundamentale ale fiecărui model prin încorporarea celor mai viabile date empirice. Altfel spus, caracteristica definitorie a acestui volum o constituie evaluarea statutului ştiinţific al modelelor teoretice ale personalităţii prin relaţionarea lor cu rezultatele cercetării de vârf ale psihologiei secolului XX şi începutului de secol XXI. De asemenea, pe parcursul întregii lucrări se poate lesne sesiza faptul că validitatea ecologică a acestor modele este sistematic verificată fie prin interpretări pertinente ale unor experienţe cotidiene, fie prin diverse analize biografice. Pe scurt, lucrarea de faţă ajută lectorul, indiferent de formaţia sa anterioară, să utilizeze asumpţiile centrale ale fiecărei teorii în înţelegerea conduitei persoanelor cu care interacţionează în viaţa privată sau profesională şi, totodată, îi oferă acestuia instrumentul cu care să-şi descifreze şi interpreteze cât mai corect propriul comportament. Sperăm ca efortul nostru să fie răsplătit de gratificarea aşteptărilor unui număr cât mai mare dintre cititorii serios preocupaţi de cunoaşterea personalităţii umane.

Autorul

Capitolul 1

STUDIUL PERSONALITĂŢII

Este puţin probabil să găsim un consens între psihologi cu privire la natura personalităţii. Nu există o perspectivă unică asupra căreia toţi cercetătorii să cadă de acord. Dezacordul lor priveşte atât definirea personalităţii dar mai ales caracteristicile acesteia. Este dificilă găsirea unui acord, nu numai în ceea ce priveşte definirea personalităţii, dar mai cu seamă privitor la caracteristicile acesteia. Mai degrabă decât să caute o convergenţă, psihologii, aparţinând diverselor şcoli, au avansat definiţii şi teorii ale personalităţii pe care le-au susţinut şi apărat cu o pasiune şi o convingere demne de invidiat.

Dintre nenumăratele teorii vă vom supune atenţiei în acest volum doar pe acelea care au reuşit realmente să se impună în comunitatea ştiinţifică, şi anume: psihanalitică, a trăsăturilor umanistă, behavioristă, social-cognitivă şi cea psihobiologică. Suntem, desigur, suficient de familiarizaţi cu multe dintre aceste perspective din cadrul altor cursuri de psihologie. Emulaţia lor, în oferta de modele explicative, este, de altfel, firească, dacă luăm în calcul faptul că aceste abordări reprezintă principalele forţe ce operează activ în cadrul întregii psihologii, şi nu doar în domeniul personalităţii.

În ciuda faptului că toate aceste teorii permit o prezentare amplă a ceea ce numim sistemul de personalitate, răspunsul la întrebarea fundamentală "Ce este personalitatea?" rămâne în continuare o problemă dificil de soluţionat. Nu există, cel puţin până acum, un răspuns ultim la această întrebare. Fiecare teorie poate fi parţial corectă, sau, putem spune, că toate sunt parţial corecte, ceea ce ne face să credem că răspunsul corect la întrebarea avansată este, în fapt, unul cumulativ. Acel răspuns ar reuni într-o nouă teorie aspectele cele mai viabile ale teoriilor deja avansate.

1.1. DE CE STUDIEM TEORIILE PERSONALITĂȚII?

Lipsa unui acord între teoreticieni în ceea ce privește teoretizarea personalității nu implică cu necesitate inutilitatea teoriilor ce încearcă să o explice. Spre exemplu, într-o situație similară cu cea a inteligenței, cu toate că psihologii nu au căzut de acord asupra unei definiții unice, acest lucru nu i-a împiedicat să utilizeze conceptul de inteligență, să elaboreze diverse modalități de evaluare a acesteia, în virtutea cărora au purces firesc la predicții comportamentale. Raționamentul poate fi extrapolat și în cazul personalității.

Fiecare teorie oferă o imagine tentantă asupra naturii umane, concluziile lor fiind bazate de cele mai multe ori pe rezultatele a numeroși ani de cercetare și de muncă intensă. Toți teoreticienii au ceva important, impresionant și provocator de spus despre abisurile ființei umane. Faptul că ei nu sunt întotdeauna de acord ne obligă să luăm în considerare trei factori pentru a putea astfel să ne explicăm mai ușor aceste disensiuni: 1. complexitatea subiectului discutat; 2. contextele istorice și personale diferite în care fiecare din aceste teorii au fost formulate; 3. faptul că psihologia este o disciplină relativ tânără, recent intrată în spațiul științificității. În plus, trebuie semnalat faptul că preocuparea privind investigarea personalității este mult mai recentă, primele formulări de o anumită pertinență le regăsim începând abia cu anii '20 ai secolului trecut. Ori, în dezvoltarea unei științe, 80 de ani reprezintă o perioadă relativ scurtă pentru a permite cristalizări.

Interesul acordat azi studiului personalității este deosebit, și acest lucru reiese cu ușurință din abundența studiilor prezente în literatura de specialitate. Teoria personalității reflectă, așadar, o parte esențială a eforturilor continue ale psihologiei de a înțelege natura umană (Opre, 2002)

Există, desigur, și motive personale pentru a studia teoriile personalității: de exemplu, o curiozitate firească de a ști cât mai mult despre propriul comportament. De ce ne comportăm, gândim și simțim într-un anumit fel? De ce o persoană este agresivă, iar alta inhibată, una plină de curaj, iar alta fricoasă, una sociabilă, iar alta timidă? Ce ne face pe noi să ne purtăm într-un anumit fel, iar pe frații și surorile noastre, crescuți în aceeași casă, să fie atât de diferiți? Ce factori îi ajută pe anumiți indivizi să devină oameni de succes în carieră sau / și mariaj, în

timp ce alții, cu același potențial, cad dintr-un eșec în altul? Desigur, nevoia de a ne cunoaște pe noi înșine, curiozitatea de a descoperi dedesubturile motivelor și temerilor noastre este foarte puternică în cei mai mulți dintre noi. Examinarea diverselor perspective asupra personalității ne va permite să dobândim cel puțin un modest bagaj de informații pentru dificila și nesfârșita sarcină de a ne cunoaște pe noi înșine.

Un alt motiv pentru studiul teoriilor personalității este unul practic. Indiferent de domeniul pentru care un individ a optat și în care dorește să facă carieră, el lucrează și va lucra cu oameni și pentru oameni. Înțelegerea naturii personalității umane va spori calitatea relațiilor interpersonale atât de importante pentru succesul profesional, dar și pentru o inserție adecvată în comunitate.

Rezultatele cercetărilor din domeniul psihologiei industriale și organizaționale au subliniat, nu de puține ori, importanța acestei idei. Într-un studiu efectuat pe câteva sute de muncitori, care urmărea să identifice cauzele disponibilizărilor, s-a constatat, cu surpriză, că doar 10% au fost concediați datorită inabilității lor de a-și presta eficient munca. Restul de 90% au fost concediați datorită dificultăților de relaționare cu ceilalți colegi, subalterni sau superiori (Schultz & Schultz,1990).

De asemenea, studiul personalității are o valoare practică deosebită și în domeniul psihologiei clinice. O analiză statistică relevă că 74% din universitățile care acordă titlul de *Master* în psihologie clinică consideră cursul de teoria personalității ca fiind unul de importanță crucială în pregătirea studenților. Studiul personalității este, de asemenea, cotat ca fiind de mare importanță de mai bine de 70% din centrele de sănătate mentală, spitalele și clinicile anchetate (Annis, Tuckev & Bakev,1984).

Mai există un motiv pentru a studia personalitatea și, probabil, acesta este cel mai imporant și mai irezistibil motiv. Dacă evaluăm nenumăratele probleme și crize cu care se confruntă omenirea acum, la început de secol XXI (iminența unui război nuclear, poluarea, abuzul de droguri, terorismul etc.), vom găsi cu siguranță de fiecare dată aceeași cauză: **oamenii înșiși**. Toate acestea ar putea fi mult ameliorate printr-o deplină înțelegere a ființei umane. Abraham Maslow, unul dintre personalitățile marcante ale gândirii umaniste, spunea: "Dacă vom reuși

să îmbunătățim natura umană, atunci vom îmbunătăți totul, și aceasta, deoarece, doar astfel, vom înlătura cauza dezordinii mondiale"

1.2. DEFINIȚII ALE PERSONALITĂȚII

Absența unui consens asupra naturii personalității, precum și asupra celei mai potrivite modalități de abordare a acesteia, e reflectată în egală măsură și în dezacordul privitor la definirea termenului ce o etichetează. Într-o carte, devenită de acum clasică în domeniu - *Structura și dezvoltarea personalității* –, Allport invocă și discută peste 50 de definiții ale personalității. Dar, demersul nostru nu își propune o descriere a acestor definiții, dintr-o oarecare teamă de a nu fi redundanți, ci ar fi mult mai nimerită, credem noi, încercarea de a relaționa personalitatea cu utilizarea obișnuită, zilnică pe care o dăm acestui termen.

Cândva, un psiholog sugera că ne putem face o idee despre înțelesul acestui concept, dacă examinăm cu atenție ceea ce noi intenționăm să surprindem de fiecare dată când utilizăm cuvântul **Eu** (Adams, 1954). Când spunem *Eu*, încercăm să însumăm totul despre noi înșine – simpatiile și antipatiile noastre, temerile și virtuțile, vigoarea și slăbiciunile noastre. Cuvântul *Eu* este ceea ce ne definește pe fiecare din noi ca individ, ca persoană separată de alții. Dacă recurgem la o analiză etimologică, regăsim că termenul derivă din latinescul *persona* care se referă la masca utilizată de un actor într-o piesă de teatru. Ca atare, *persona* designează masca publică, "fața" pe care noi o etalăm celorlalți. În virtutea acestei derivări etimologice, am putea lesne conchide că personalitatea se referă doar la caracteristicile externe, vizibile, la acele aspecte pe care și ceilalți le pot vedea. Astfel, personalitatea unui individ poate fi definită în termeni de impresie pe care persoana o face asupra altora, adică ceea ce persoana pare să fie.

Se rezumă oare personalitatea doar la fațada, la masca sau rolul pe care îl jucăm pentru ceilalți ? Pentru cei mai mulți dintre noi, termenul semnifică mult mai mult. În mod obișnuit, ne referim la mai multe atribute ale unui individ, la o sumă sau o colecție de caracteristici care sunt mult mai profunde decât aparențele fizice superficiale. Ne referim la o sumă de dimensiuni care nu pot fi observate direct, acelea

pe care o persoană încearcă să le ascundă de noi sau pe care noi încercăm să le ascundem vederii altora.

De asemenea, utilizăm cuvântul personalitate atunci când ne referim la caracteristici de durată. Putem afirma că personalitatea unui individ este relativ stabilă și predictibilă. Aceasta nu înseamnă că personalitatea este rigidă și inflexibilă, ea poate, așa cum vom vedea, să-și releve diferite aspecte, în funcție de situație.

În acest sens, în 1960, psihologul Walter Mischel a provocat o adevărată dezbatere în psihologie legată de importanța relativă a variabilelor personale (trăsături, nevoi) și a variabilelor situaționale în determinarea comportamentului (Mischel, 1968, 1973). Controversa continuă în literatura de specialitate de mai mult de 30 de ani. Mulți personologi consideră problema rezolvată, acceptând o abordare interacționistă, afirmând că trăsăturile personale, aspectele social-situaționale și interacțiunea dintre ele trebuie deopotrivă luate în considerare, dacă scopul nostru este acela de a oferi o explicație completă a comportamentului uman (Carson, 1989; Kenrick & Funder, 1988; Rowe, 1987).

Tindem, de asemenea, să credem că personalitatea este unică. Constatăm similarități între oameni și, cu toate acestea, sesizăm că indivizii posedă caracteristici speciale sau combinații de caracteristici care-i disting unii de ceilalți. Ca atare, în virtutea experiențelor cotidiene, avem tendința să percepem personalitatea ca un cluster stabil și unic de caracteristici, care poate, însă, suferi modificări ca răspuns la diferite solicitări externe.

Cu toate acestea, este greu să oferim o definiție asupra căreia acceptul psihologilor să fie unanim. Pentru a distinge un anumit grad de precizie în definirea conceptului, trebuie să înțelegem ce dorește fiecare teoretician să sugereze prin termenul pe care îl utilizează. Fiecare personolog oferă o versiune unică, o perspectivă proprie asupra naturii personalității, care devine astfel definiția sa de lucru. Demersul nostru are ca obiectiv înțelegerea diferitelor versiuni ale conceptului de personalitate și examinarea unor variate modalități de definire a Eu-lui.

Din considerente pragmatice, am optat totuși pentru o definiție de lucru prin care nădăjduim că vom fi în asentimentul mai multor personologi. Conform acesteia, **personalitatea se referă la acele caracteristici ale unei persoane care justifică consecvența patternurilor sale comportamentale**.

1.3. METODE DE CERCETARE ÎN STUDIUL PERSONALITĂȚII

Teoria şi cercetarea sunt strâns relaționate. Teoria fără cercetare este o simplă speculație, cercetarea fără teorie este un fapt constatat, dar lipsit de semnificație. Deşi cercetătorii din domeniul personalității împart scopuri şi valori comune, ei diferă în alegerea strategiilor vizând calea cea mai bună spre aceste scopuri. În unele cazuri, diferențele între strategiile de cercetare sunt minore, în alte cazuri sunt majore şi exprimă o diferență fundamentală de abordare. Unii psihologi sunt interesați doar de aspectele externe ale comportamentului, de ceea ce noi spunem şi facem, ca răspuns la stimulări specifice. Alții sunt preocupați de evaluarea simțămintelor şi experiențelor noastre conştiente, aşa cum pot fi ele evaluate prin teste şi chestionare. De asemenea, un număr suficient de mare de personologi sunt interesați şi încearcă să înțeleagă puterea forțelor inconştiente care ne motivează conduita. Opțiunea pentru o metodă sau alta este determinată de obiectivul urmărit.

În general, cel mai des utilizate strategii de cercetare a personalității sunt: a. metoda clinică şi studiul de caz; b. metoda experimentală; c. tehnica chestionarelor şi a studiului corelațional. Deşi diferite prin specificul lor, toate aceste trei metode poartă amprenta unei cerințe fundamentale a cercetării ştiințifice, şi anume: obiectivitatea observației (Opre, 2003)

1.3.1. Metoda clinică şi studiul de caz

Cercetarea clinică presupune observarea şi studiul comportamentului şi a relatărilor verbale ale individului, declanşate spontan, în situații naturale. Una dintre cele mai utilizate metode clinice este studiul de caz.

Studiile de caz, prin observațiile amănunțite făcute de clinicieni asupra pacienților, au jucat un rol important în dezvoltarea unor teorii majore asupra personalității. Materialele colectate de Sigmund Freud sunt exemple ilustrative în acest sens. El s-a adâncit în sondarea trecutului pacienților săi, insistând prioritar asupra copilăriei, căutând să evidențieze acele experiențe şi conflicte care ar putea fi cauza simptomatologiei nevrozelor din prezent. Să luăm, spre

exemplu, cazul Katharina, o fată în vârstă de 18 ani ce dezvolta frecvente atacuri de panică, reliefate îndeosebi printr-o respirație sacadată. Reconstruind toate acele experiențe pe care le-a considerat relevante pentru copilăria ei, Freud a identificat rădăcinile simptomelor sale într-o serie de experiențe sexuale neplăcute, incluzând şi o tentativă de seducție din partea tatălui său, pe când ea avea vârsta de 14 ani. În baza rezultatelor unui număr mare de investigații similare, Freud a concluzionat că etiologia nevrozelor o regăsim tocmai în aceste traume sexuale timpurii.

1.3.2. Metoda experimentală

Cercetarea experimentală implică un control rigiuros asupra variabilelor de interes şi stabilirea unei relații cauzale de tipul "dacă... atunci". În abordarea experimentală a anxietății, spre exemplu, cercetătorul trebuie să creeze condiții de anxietate ridicată, moderată şi scăzută şi să observe efectele modificării gradului de anxietate asupra proceselor cognitive sau/şi a relațiilor interpersonale. Scopul urmărit este acela de a putea emite concluzii precise despre relația cauzală; şi anume, modificând o variabilă (independente), vom putea induce modificări la nivelul unei alte variabile (dependente). Laboratorul constituie mediul cel mai adecvat pentru desfăşurarea unor astfel de cercetări, deoarece, doar aici, este posibil controlul strict al variabilelor.

Cercetarea clinică şi cea experimentală se diferențiază sub diferite aspecte. În timp ce clinicienii fac observații asupra unor situații cât mai apropiate de viața reală, de mediul natural al subiectului, lasă evenimentele să se desfăşoare de la sine şi studiază un număr restrâns de indivizi, cercetarea experimentală de laborator presupune, în schimb, controlul strict al variabilelor şi permite studiul sistematic al mai multor subiecți simultan.

1.3.3. Chestionarele de personalitate şi studiile de corelație

Chestionarele de personalitate şi testele sunt folosite ori de câte ori studiul intensiv al indivizilor nu este posibil sau dezirabil din partea subiectului şi, bineînțeles, atunci când nu avem posibilitatea de a aplica demersul experimental. Marele avantaj al testelor şi

chestionarelor de personalitate este acela că permit colectarea unei mari cantități de informație de la mai mulți subiecți, în același timp. Deși prin această metodă nici un individ nu poate fi studiat la fel de analitic, precum permite studiul de caz, investigatorul are, în schimb, posibilitatea de a studia o serie de caracteristici ale personalității în relație cu indivizi diferiți. De asemenea, cu toate că investigatorul nu poate deține controlul asupra tuturor variabilelor implicate precum în metoda experimentală, această modalitate investigativă creează oportunitatea studierii variabilelor care sunt greu de reprodus în laborator. Utilizarea testelor și a chestionarelor de personalitate a fost asociată cu preocuparea referitoare la diferențele dintre indivizi. De exemplu, există interes în ceea ce privește diferențele individuale în anxietate, dominanță. De asemenea, există preocupări spre a verifica dacă indivizii, care diferă sub aspectul unei caracteristici de personalitate, diferă și sub aspectul unei alte caracteristici. De exemplu, indivizii care sunt foarte anxioși, sunt ei mai puțin creativi? Sau sunt ei mai inhibați în comportamentul interpersonal decât subiecții nonanxioși? Cercetările de acest tip sunt cunoscute sub denumirea de **studii de corelație**. Prin metoda corelației, cercetătorul caută identificarea unei covariante între două sau mai multe variabile care nu pot fi supuse unei manipulări sau control experimental. Este mult mai probabilă stabilirea unei asociații sau a unei corelații între diferite caracteristici ale personalității decât a unei relații cauză-efect. Datorită accentului pus pe diferențele individuale și studiul concomitent al mai multor variabile, chestionarele și studiile de corelație au câștigat o largă popularitate.

1.4. CE NE POATE OFERI O TEORIE A PERSONALITĂȚII?

O teorie asupra personalității sugerează modalitățile prin care o mare varietate de date privind persoana pot fi puse alături și sistematizate pentru a dobândi astfel coerență și inteligibilitate.

Atunci când ne propunem să studiem sistematic și intensiv indivizii, în fapt, noi vrem să știm ce sunt ei, de ce se comportă într-un anumit fel, și cum au devenit ceea ce sunt. Ca atare, orice teorie asupra persoanei trebuie să fie în măsură să ofere răspunsuri la trei întrebări:

CE? DE CE? CUM? Întrebarea **ce** se referă la caracteristicile persoanei și la modul cum ea este organizată în relațiile cu ceilalți. În ce mod indivizii diferă un de alții? Întrebarea **de ce** se orientează spre motivele ce particularizează comportamentul individului. Răspunsurile la această întrebare relevă aspectele motivaționale ale persoanei și strategiile prin care se adaptează al cerințele mediului care; de ex., De ce este o mamă supraprotectivă ? Pentru că acest mod de a fi o face fericită, sau pentru că ea caută să ofere copiilor săi ceea ce ei i-a lipsit, în copilărie, sau doar pentru a evita manifestarea oricărui resentiment din partea propriilor copii? Întrebarea **cum** se referă la factorii determinanți ai personalității. În ce mod și în ce măsură forțele genetice și cele ambientale au interacționat pentru a determina structura și funcționarea actuală a personalității (Pervin & John, 2001; Pervin 2002)

Ca atare, o teorie a personalității ne poate ajuta să înțelegem în *ce* măsură, spre exemplu, anxietate este o caracteristică personală, *cum* s-a dezvoltat această caracteristică de personalitate, *de ce* conduita anxioasă se relevă doar în anumite contexte.

Răspunsurile pe care le primim când adresăm asemenea întrebări ne dezvăluie trei concepte, deosebit de utile în înțelegerea personalității. Acestea sunt: **structura, procesele** și **dezvoltarea**. Termenul de *structură* se referă la cele mai stabile și mai trainice aspecte ale personalității. Acestea reprezintă "cărămizile" edificiului numit personalitate, ele sunt comparabile cu părțile componente ale corpului uman sau cu ceea ce atomii și moleculele reprezintă în fizică și chimie. Concepte structurale, precum trăsăturile, răspunsurile, obișnuințele, sinele, etc., au devenit foarte populare și utile în încercările de a răspunde la întrebarea "ce sunt oamenii". *Procesele* se referă la conceptele dinamic-motivaționale pe care le utilizăm atunci când căutăm explicații pentru un anumit comportament. Dacă reiterăm modelul corpului uman, atunci trebuie să acceptăm că acesta trebuie gândit, nu doar în termenii unei organizări, structurări a părților, ci și în cei ai unor procese ce relaționează aceste părți. Similar, personalitatea deține procese ce servesc dimensiunii funcționale, ce inițiază și întrețin comportamentele individuale. Termenul *dezvoltare* este puternic relaționat cu cele două concepte anterioare. O teorie privind dezvoltarea personalității trebuie să ofere cele mai coerente argumente privitoare la modificările structurale de la naștere la maturitate, precum și pentru schimbările corespunzătoare ale proceselor personalității, invocând de

fiecare dată factorii determinanți. În acest sens, diferitele teorii accentuează fie rolul factorilor genetici, fie al celor ambientali (cultură, clasă socială, familie etc.), ca principali determinanți ai personalității (Pervin, 2001)

În concluzie, teoriile asupra personalității pot fi comparate prin intermediul conceptelor pe care acestea le utilizează, atunci când oferă răspunsuri la întrebările *ce?*, *de ce?* și *cum?*.

Capitolul 2

TEORIA PSIHANALITICĂ A PERSONALITĂȚII

Într-o anumită privință, multe dintre conceptele și tezele psihanalitice necesită actualizare, în alte privințe, unele dintre ele au rezistat cu un real succes la testul timpului. De altfel, trebuie recunoscut că tezele freudiene au dominat pentru o lungă perioadă de timp perspectivele teoretice și aplicative ale unui număr însemnat de psihologi ai secolului XX. Cercetările lui Freud s-au centrat preferențial asupra problematicii inconștientului pe care l-a studiat cu multă pasiune.

Cea mai însemnată contribuție a lui Freud la studiul inconștientului rezidă în accentul pus pe modalitățile prin care inconștientul ne poate influența gândirea și acțiunile. În lucrările sale, "A Note on the Unconscious in Psychoanalysis" (1912/1984) și "The Unconscious" (1915/1984), Freud operează bine cunoscuta distincție dintre cele trei accepțiuni ale termenului de "inconștient": prima este descriptivă și se referă la utilizarea adjectivală a termenului în legătură cu o idee sau un proces; a doua este dinamică și se referă la rolul activ, cauzal, pe care-l poate avea inconștientul în determinarea gândurilor, acțiunilor și simptomelor unui individ; a treia este utilizarea sistematică sau topografică ce se referă la un sistem distinct, printre proprietățile căruia este aceea de a avea un conținut inconștient atât în sens descriptiv, cât și dinamic.

2.1. SIGMUND FREUD (1856-1939): REPERE BIOGRAFICE

Sigmund Freud s-a născut la 6 mai 1856, în Moravia, o localitate care aparținea pe atunci Germaniei și care se află acum în

zona centrală a Cehiei. El a fost cel mai mare dintre cei opt copii ai lui Jacob şi Amalia Freud. Amalia, cea de-a doua soţie a lui Jacob, era, aşa cum o descrie Sigmund, "o persoană cu totul deosebită, inteligentă şi caldă, întotdeauna o prezenţă plăcută, nu doar pentru cei din casă, dar şi pentru oricine le trecea pragul". Jacob, un mic comerciant, cu un veritabil simţ al umorului, a fost foarte ataşat de soţia sa, Amalia, şi de copiii lor. La vârsta de 17 ani, Freud se înscrie la Facultatea de Medicină a Universităţii din Viena pentru a studia neurologia. Colegii şi dascălii lui l-au caracterizat drept un student remarcabil, cu o memorie fotografică demnă de invidiat. Profesorul care l-a influenţat cel mai mult în perioada studenţiei a fost Ernst Brucke, un foarte disciplinat fiziolog, un spirit nonconformist şi o persoană extrem de meticuloasă. Brucke era convins de faptul că singurele forţe active în organismele vii sunt cele fizico-chimice, ele acţionând în cadrul unui sistem bine organizat. Freud a preluat ideea şi a inclus-o în perspectiva sa teoretică asupra forţelor psihologice.

Pentru întreaga perioadă a studenţiei, preocuparea de căpătâi a lui Freud a fost aceea de a deveni o persoană faimoasă printr-o descoperire crucială (Jones, 1953). În acest sens, pe parcursul studenţiei, dar şi după absolvire, el a realizat nenumărate investigaţii de laborator, remarcându-se prin câteva contribuţii personale excepţionale, precum: identificarea unor noi caracteristici ale sistemului nervos la peşti, dezvoltarea unei tehnici de colorare a ţesutului nervos etc. Cea mai importantă, însă, dintre descoperirile sale a fost cea referitoare la posibilitatea utilizării cocainei în scop analgezic. La acest rezultat a ajuns făcând o serie de teste în care subiect a fost el însuşi. În fapt, de-a lungul întregii sale vieţii, Freud nu a încetat să folosească autoanaliza, folosindu-se de sine ca de cea mai validă sursă experimentală, dar şi confirmativă. Pentru el, lucrurile deveneau misterioase ori de câte ori nu era în măsură să înţeleagă comportamentul celorlalţi, prin prisma sau în termenii propriilor experienţe. De altfel, cea mai importantă lucrare a sa, *Analiza viselor* (1900), se fondează pe analiza propriilor vise, la fel

ca *Psihopatologia vieţii cotidiene* (1901), care este expresia experienţelor personale.

Freud a fost un individ curajos care a îndrăznit să-şi confrunte experienţele, secretele şi conflictele personale în spaţiul psihanalizei. Folosindu-se de sine ca prim subiect, el a încercat să-şi explice comportamentele, investigând originile ascunse ale acestora. Explorarea experienţelor propriei copilării a contribuit hotărâtor la conturarea convingerii sale privind complexul Oedip. Una dintre primele sale amintiri evocă un episod în care "furişarea sa în dormitorul părinţilor (în afara oricărei curiozităţi sexuale – aşa cum susţine el) este întreruptă brusc de ordinul furios al tatălui de a părăsi încăperea" (Jones, 1953). În ciuda acestei supralicitări a experienţelor personale, paradoxal pare faptul că Freud a încercat şi, în mare măsură, a reuşit să-şi controleze şi să-şi ascundă faţă de ceilalţi, chiar şi faţă de propria familie şi cei mai apropiaţi discipoli, aspectele delicate ale personalităţii sale. A căutat cu obstinaţie să promoveze şi să-şi cultive o imagine pozitivă despre sine. Mărturie în acest sens stau sutele de scrisori şi jurnale arse, la care se adaugă distrugerea unor materiale conţinând idei ce dezvăluiau aspecte mult prea delicate ale biografiei sale. De altfel, în lucrarea autobiografică, încheiată în 1925, Freud îşi justifică această vigilenţă protectivă atunci când afirmă că "oamenii nu ştiu să preţuiască adevărul despre lucruri şi, ca atare, nu se justifică pretenţia lor de a afla prea multe despre intimităţile vieţii mele".

Din cei 83 de ani ai vieţii sale, 80 de ani Freud i-a petrecut în Viena. Aici s-a lansat el în practica privată a terapiei tulburărilor nervoase. Locuinţa şi cabinetul său, reperate prin faimoasa adresă "Berggasse 19", intră frecvent în itinerarul turistic vienez. El a savurat pe deplin rolul de tată a şase copii, dintre care unul – Anna – a devenit, mai târziu, un reputat psihanalist, specializat în tratarea diverselor tulburări ce ţin de psihopatologia infantilă.

Curând după invazia naziştilor (1938), ţinând seama de originea sa iudaică, Freud a fost sfătuit de prieteni să părăsească Viena. Freud moare la Londra, la 23 septembrie 1939, cauza morţii fiind un cancer bucal. Fără îndoială, boala a fost cauzată de o dependenţă severă de tutun; ţigara era nelipsită din gura sa de

dimineața până seara. Pe durata ultimilor 16 ani de viață, Freud a avut parte de dureri cumplite și a suferit de o oboseală cronică supărătoare. La acestea s-au adăugat dificultățile de vorbire și alimentare, urmare a numeroaselor intervenții chirurgicale și a implantării unui dispozitiv mecanic care îi separa cavitatea bucală de cea nazală. În ciuda tuturor acestor neplăcute experiențe, dragostea lui pentru viață era mult mai puternică decât cea pentru liniștea morții. Mărturie, în acest sens, stau propriile-i cuvinte: "prefer o falcă mecanică sau deloc; prefer viața morții."

2.2. TEORIA FREUDIANĂ A PERSONALITĂȚII

Apelând la modelul de analiză pe care l-am expus în capitolul introductiv, în cele ce urmează vom încerca să răspundem, din perspectiva psihanalitică, la cele trei întrebări cu care se confruntă psihologul personolog: *Ce?, De ce?, Cum?* Răspunzând acestora, vom reuși, probabil, să descoperim împreună ce se ascunde dincolo de bogăția conceptuală a psihanalizei.

2.2.1. Structura personalității

Termenul *structură* se referă la modul de alăturare a unor elemente, la componentele unei unități, cum sunt ele organizate în cadrul acesteia și care sunt modalitățile lor de relaționare. Adresând psihanalizei întrebarea *"Ce?"* – sau, mai explicit, „Ce este personalitatea?", vom identifica elementele structurale pe care Freud le-a postulat în încercările lui de a oferi un model cât mai viabil al personalității.

În primele sale teoretizări asupra psihicului uman, Freud a definit structura personalității în termeni de *inconștient, preconștient și conștient* – modelul topografic. Mai precis, el a încercat să schițeze o imagine a psihicului uman în termenii nivelurilor de conștiență, considerând că viața psihică poate fi descrisă prin intermediul unor concepte ce reflectă gradul de conștientizare a unui fenomen. În acest

sens, el a definit trei niveluri ale conștienței: conștientul, preconștientul și inconștientul.

Conștientul, în viziune freudiană, se relaționează cu toate acele fenomene sau reprezentări de care noi suntem "conștienți" la un moment dat. Preconștientul decupează fenomenele care pot deveni conștiente, dacă ne concentrăm atenția asupra lor. În fine, inconștientul circumscrie fenomenele sau reprezentările inaccesibile conștienței și care nici nu pot fi conștientizate decât în condiții cu totul speciale (de ex., prin hipnoză, asociații libere etc.). Cu toate că Freud nu a fost prima persoană care a acordat atenție proceselor inconștiente, el a fost totuși primul psiholog care a explorat analitic calitățile proceselor inconștiente și a evidențiat importanța majoră pe care acestea le au în derularea experiențelor cotidiene. Recurgând la analiza viselor, a lapsusurilor, nevrozelor, psihozelor și a ritualurilor, Freud s-a străduit să descifreze proprietățile inconștientului. Ceea ce el a descoperit a fost un "spațiu" psihic în care totul devine posibil. Inconștientul este ilogic (aici ideile contrare pot coabita fără conflict), atemporal (evenimente din perioade diferite de timp coexistă și se suprapun) și aspatial (relațiile spațiale și de mărime sunt eludate, așa încât obiecte imense pot fi găzduite de cele minuscule, iar elemente obiectiv distanțate se pot regăsi în același loc).

La origini, teoria psihanalitică este o teorie motivațională a comportamentului uman. Ea sugerează că cele mai multe dintre comportamentele noastre sunt motivate de influențe inconștiente. Anumite gânduri, sentimente și motive se află în inconștient din rațiuni bine justificate, iar pătrunderea lor în conștient nu ar face altceva decât să ne producă disconfort și supărare. Spre exemplu, reamintirea unor evenimente dureroase din trecutul personal, recunoașterea sentimentelor de ostilitate și invidie, or recunoașterea dorinței de a întreține relații sexuale cu persoane moral interzise, ar putea induce disconfort celor mai multe persoane. Pentru a evita asemenea trăiri neplăcute, psihicul nostru caută să blocheze pătrunderea acestor gânduri în conștient. Pe de altă parte, însă, toate aceste conținuturi ale inconștientului se pot releva în conduita cotidiană, regăsindu-le în acte ratate, lapsus, false percepții,

comportamente iraționale etc. Prin urmare, în ciuda tuturor eforturilor pe care le depune psihicul nostru pentru a le păstra ascunse, sentimentele și motivele inconștientului reușesc, totuși, să ne ghideze disimulat comportamentele. Vom deține un control deplin doar dacă izbutim să pătrundem în inconștient.

Conținutul inconștientului nu poate fi însă accesat în mod direct; analiza experimentală a acestuia implică apelul la o mare varietate de paradigme investigative. Amintim aici doar trei dintre tehnicile care au urmat filiația psihanalitică: tehnica asociațiilor libere, sugestia hipnotică și percepțiile inconștiente. Relativ la percepțiile inconștiente, două linii importante de cercetare trebuie neapărat menționate aici și anume apărarea perceptuală și activarea psihodinamică subliminală. Spațiul alocat acestui capitol nu ne permite o analiză extinsă a acestora, dar ne obligă cel puțin la o discuție succintă.

În conformitate cu modelul topografic, toate emoțiile sunt conștiente. El subliniază faptul că actul de a "împinge" conținutul psihic în inconștient este inițiat de celelalte două instanțe, preconștientul și conștientul, și, ca atare, acest conținut ar trebui să fie ușor accesibil conștientului nostru. Realitatea nu a confirmat însă această supoziție. Spre exemplu, Freud a remarcat că adesea pacienții pe care îi avea în terapie etalau sentimente de culpabilitate. Cel puțin inițial, afișarea acestora era conștientă, ulterior însă erau reprimate automat, fără ca subiecții să poată conștientiza acest proces. Freud a realizat astfel că modelul topografic este mult prea simplist și incapabil să explice pe deplin complexitatea funcționării psihice.

Pentru a depăși neajunsurile modelului topografic, în 1923 Freud a dezvoltat un model alternativ – modelul structural. Acesta descrie personalitatea apelând la alte trei constructe: ID, EGO și SUPRAEGO. Reprezentarea grafică a acestora, precum și relația lor cu elementele modelului topografic, sunt ilustrate în figura 1.1. Freud atrage atenția asupra faptului că cele trei componente (ID, EGO, SUPRAEGO) nu trebuie judecate ca trei compartimente separate în mintea noastră; dimpotrivă, accentul trebuie să cadă pe interacțiune, deoarece ele se îmbină precum secțiunile unui telescop sau culorile

într-o pictură. Tocmai din acest motiv, tratarea lor nu poate fi făcută separat.

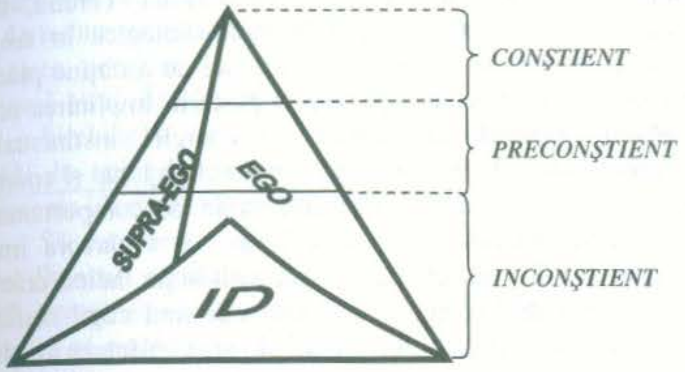


Fig 2.1. Modelul structural al personalității.

"Spațiul ocupat de id-ul inconștient e sensibil mai mare decât cel ocupat de ego sau supraego." (Freud, 1933 /1965, p. 78-79)

ID

Id-ul este singura componentă a personalității care este prezentă încă de la naștere. În concepția lui Freud, originea personalității este una biologică, fiind reprezentată de id, elementul bazal al personalității. În id regăsim tot ceea ce este prezent în organism la momentul nașterii, altfel spus tot ceea ce este înnăscut. El adăpostește instinctele și întreaga energie psihică a individului. Personalitatea operează prin intermediul id-ului într-o manieră similară funcționării sistemelor energetice închise. Prin alimentație, organismul acumulează energie care, ulterior, poate fi descărcată în două modalități: *1. fizic* – prin reacții automate, înnăscute, numite reflexe și *2. psihic* – prin intermediul imaginilor și al dorințelor infantile, numite evenimente ale procesului primar. Pentru a eticheta aceste transferuri energetice, Freud a introdus termenul de *cathesis*. *Cathesis-ul* reprezintă investirea sau atașarea energiei psihice, fie unui obiect real din lumea externă, fie unei fantasme aparținând lumii lăuntrice.

Id-ul este în întregime inconştient, în concepţia lui Freud el reprezentând "întunericul din adânc, nucleul inaccesibil al personalităţii, un cazan în clocot plin cu pulsiuni" (Freud, 1933). Rolul său este de a transforma trebuinţele biologice în tensiune psihică, adică în dorinţe. Singurul său ţel este de a obţine plăcerea, respectiv de a evita durerea – principiul plăcerii. Împlinirea acestui deziderat este însoţită de satisfacerea energiei instinctuale şi reducerea tensiunii psihice. Id-ul este întru totul irațional şi amoral, el ocoleşte constrângerile realităţii şi este străin de comportamentele autoconservative. Sarcina sa principală este de a elabora imagini mentale pentru acele obiecte care oferă satisfacţie, adică cele care permit împlinirea dorinţelor. El este asemeni unui copil răsfăţat şi impulsiv care nu suportă frustrarea şi vrea plăcerea acum şi necondiţionat. Dacă solicitarea nu-i va fi recompensată imediat, atunci va cere un substitut. Spre exemplu, un bebeluş deprivat de sticla cu lapte, va începe să-şi sugă degetul, reuşind astfel să-şi descarce tensiunea acumulată printr-un comportament surogat. Acest mod irațional şi impulsiv prin care operează id-ul a fost numit **proces primar.** (Freud, 1911/1965; 2004) Procesul primar nu cunoaşte sensul timpului şi nu este influenţat de experienţă. Prin urmare, impulsurile instinctuale ale copilăriei şi reprimările ocazionale se regăsesc în id-ul adultului la fel de puternice, ca şi cum abia s-ar fi ivit.

Pentru a înţelege mai bine modul de funcţionare a id-ului, vom apela la un exemplu intuitiv, şi anume comportamentul unui copil în primele zile de viaţă. Ce face acest copil? Doarme, se trezeşte, plânge când îi este foame sau îi lipseşte confortul, suge cu nesaţ de îndată ce îl pui la sân, urinează şi defecă atunci când doreşte, răspunde reflex când îi atingi corpul etc. Şi acum să ne întrebăm: De ce face el toate acestea? Ce face el pentru mine, cel care îi studiez comportamentul? Ce face el pentru părinţii săi? Ce face el pentru oricine altcineva? Nimic. Nimic pentru nimeni, cel puţin nu în mod deliberat. Tot ceea ce face el este expresia propriilor nevoi, este o preocupare înnăscută pentru sine, pentru propriul confort, în primul rând cel fizic, totul e id. El vrea ceea ce vrea atunci când vrea. Întreaga sa conduită este ghidată de ceea ce Freud a numit *principiul plăcerii.*

EGO

EGO

Pornind de la acelaşi exemplu, ne putem pune acum o altă întrebare. De ce sunt comportamentele infantile unipolar preocupate doar de reducerea tensiunii interne? Răspunsul este simplu: deoarece id-ul este complet separat de lumea externă, relaţiile sale cu exteriorul sunt întotdeauna mediate. Deşi este capabil să detecteze orice schimbare a tensiunii interne, foamea, setea, frigul, el nu posedă, în schimb, nici o strategie pentru a le satisface. De satisfacerea lor răspunde altcineva.

Să considerăm acum un sugar care plânge, deoarece îi este foame. Pe acest copil putem să-l liniştim, cel puţin pentru o vreme, dacă îi introducem în gură un obiect oarecare, necomestibil. De ce? Pentru că el nu face încă diferenţieri între un sân sau o tetină şi celelalte obiecte din mediul său, el nu conştientizează diferenţele dintre obiectele lumii externe. În fapt, funcţionarea id-ului este complet inconştientă. Pentru a comunica cu lumea externă, pentru a o percepe şi a-i descifra sensul, id-ul trebuie "să ceară ajutor unui prieten". Acest ajutor îi vine de la Ego, cea de-a doua componentă structurală a personalităţii.

În jurul vârstei de 6-8 luni, desprinzându-se din id, începe treptat să se dezvolte ego-ul. Formarea ego-ului este ajustată de experienţele corporale care îl ajută pe copil să diferenţieze între "eu" şi "non-eu". La această vârstă, când copilul se atinge pe sine însuşi, el "simte" că se atinge, această senzaţie aparte nu apare însă când el atinge alte obiecte. În plus, el realizează faptul că propriul său corp este o sursă de plăcere şi durere care nu poate fi îndepărtată, aşa cum se întâmplă cu obiectele din jurul său.

Ego-ul este un fel "de faţadă a id-ului, care îmbracă id-ul aşa precum scoarţa cerebrală înveleşte creierul". Spre deosebire de id, ego-ul se întinde peste conştient, preconştient şi inconştient. Ego-ul este singura componentă a personalităţii capabilă să interacţioneze nemijlocit cu mediul înconjurător (obiectual şi social). El este înţelept şi raţional, elaborându-şi planuri realiste, menite să satisfacă nevoile id-ului. Deşi este, asemeni id-ului, preocupat şi el de a obţine plăcerea, ego-ul îşi poate suspenda principiul plăcerii în favoarea principiului realităţii: satisfacerea unui instinct este amânată până în momentul în care plăcerea poate fi obţinută fără a avea consecinţe

nedorite. Guvernat prioritar de principiul realității, ego-ul interacționează cu id-ul, determinând blocarea, transformarea sau eliberarea treptată a energiei celui din urmă. Ego-ul este capabil să separe dorințele de fantasme, să tolereze tensiunea și compromisul și se poate schimba în timp. De asemenea, el poate încorpora dezvoltarea deprinderilor motorii și cognitive, are abilitatea de a percepe mai acurat și de a evalua în termeni mai complecși realitatea, precum și de a anticipa viitorul. Toate aceste calități sunt în evident contrast cu cele ale id-ului și ele fac posibilă adoptarea unor comportamente adaptative, precum:

- evitarea erorilor – poate preveni ingerarea unei substanțe cu gust plăcut, dar care este necomestibilă sau otrăvitoare;
- evitarea pedepsei – te scutește de o palmă punitivă de la unul din părinți dacă ai fi consumat ceva interzis;
- sporirea plăcerii – te ajută să respingi un obiect comestibil, dar mai puțin apetisant și îți sporește toleranța în așteptarea unuia care este mai gustos;

Raționalitatea, amânarea gratificării și strategiile adaptative, particularități definitorii ale funcționării ego-ului pot fi reunite în ceea ce Freud a numit **procesul secundar.**

Relația dintre ego și id este intimă și complicată. Ego-ul poate fi uneori servil, încercând cu orice preț să rămână în relație cât mai bună cu id-ul. În același timp, preocuparea ego-ului pentru autoconservare poate duce adesea la contestarea impulsurilor id-ului. În relația sa cu id-ul, ego-ul este asemeni unui bărbat călare ce trebuie să țină sub control toate mișcările calului. Calul (id-ul) este locomotiva care furnizează întreaga energie necesară mișcării. Călărețul, în schimb, deține prerogativa de a determina ținta deplasării și de a controla energia și mișcările calului pentru a atinge împreună ținta. Spre deosebire de călăreț, care se străduiește să facă acest lucru apelând la propriile forțe, ego-ul utilizează în acest sens forțe de împrumut. Uneori, însă, relația dintre id și ego este de altă natură, ea fiind ilustrată prin imaginea unei conlucrări mai puțin plăcute, în care călărețul este constrâns să-și ghideze calul tocmai în direcția în care acesta, de fapt, nu vrea să se deplaseze.

SUPRAEGO

Potrivit teoriei freudiene, până în jurul vârstei de 3 ani, copiii nu au sensul binelui și al răului, ceea ce îi pune în imposibilitatea de a utiliza un sistem moral. Doar id-ul amoral este prezent la naștere. Pentru început, funcția moralizatoare este realizată de către părinți de care copilul „neajutorat" va depinde mai multă vreme. Aceștia recompensează anumite comportamente ale copilului, confirmându-și astfel afecțiunea și făcându-și plăcută prezența. Dar tot ei sunt cei ce-l pedepsesc atunci când greșește. Aceste pedepse constituie un semn amenințător pentru copil, avertizându-l că, cel puțin pentru o vreme, a pierdut dragostea și protecția lor și că va fi lăsat singur la dispoziția unui mediu periculos și ostil.

Pe de o parte, pentru că dorește să se protejeze de astfel de dezastre, iar pe de alta, pentru că uneori ego-ul se identifică cu părinții săi atotputernici, copilul va începe să interiorizeze standardele acestora. Acest proces va conduce treptat la formarea supraego-ului – o parte specială a ego-ului, care observă și judecă, mai presus de orice, comportamentele individului. Supraego-ul este parțial conștient, parțial inconștient. El începe să se dezvolte din ego în jurul vârstei de 3-5 ani și nu va înceta până la maturitate să interiorizeze caracteristici morale ale părinților, dascălilor, idolilor adolescenței și ale altor figuri autoritare. De reținut, însă, că, în raport cu părinții, toate aceste modele vor rămâne secundare ca importanță. Deoarece părinții reflectă în mod indirect cererile societății, prin interiorizarea standardelor acestora, supraego-ul nu va face altceva decât să-și improprieze normele sociale, conferind astfel individului un statu-quo. O persoană care refuză să fure sau să ucidă, deși este conștient că nimeni dintre semenii săi nu o vede, răspunde în fapt ordinelor supraego-ului. Pentru a-i întări astfel de comportamente, supraego-ul îl recompensează pe individ (ego-ul acestuia) cu sentimente de mândrie și virtute. Din păcate, rareori viața psihică este așa de simplă și plăcută. Cea mai mare parte a supraego-ului se regăsește în inconștient, unde el este intim legat de id. Supraego-ul condamnă vehement impulsurile interzise ale id-ului, dar el nu poate influența id-ul decât indirect, prin intermediul ego-

ului. Din acest motiv, atât impulsurile amenințătoare, cât și comportamentele indezirabile determină o tensiune pe care ego-ul o resimte ca pe un sentiment de culpabilitate sau ca pe o anxietate (morală). Deși ego-ul poate fi uneori străin de motivele acestor sentimente neplăcute, el este obligat, totuși, să facă ceva cu ele. El poate obține o detensionare prin substituirea lor cu gânduri și acțiuni mai acceptabile sau prin folosirea mecanismelor defensive. Supraego-ul poate ajuta ego-ul în exercitarea unui autocontrol, deoarece îi permite acestuia să se identifice cu atotputernicia părinților. Aceste beneficii, însă, sunt obținute cu un anumit preț: ego-ul va rămâne pentru totdeauna oglinda fidelă a regulilor parentale interiorizate. Părinții nu ne vor părăsi niciodată, nici chiar după moartea lor. Regulile lor vor supraviețui în supraego-urile noastre pentru totdeauna. Această creație a ego-ului – *supraego-ul* – nu este, însă, totdeauna un aliat al părintelui său; el poate îmbrăca uneori haina unui stăpân aspru și răzbunător, devenind astfel o sursă potențială de tensiune. Alteori, supraego-ul poate fi subdezvoltat, privând individul de orice ghidaj interior. Spre exemplu, copiii lipsiți de dragostea părintească nu-și interiorizează standardele cele mai potrivite. Acestora le lipsește acea tensiune, practic necesară, dintre ego și supraego, ceea ce îi determină să etaleze comportamente agresive față de cei din jur. Putem întâlni și un supraego rigid și încăpățânat, asemenea id-ului. Acesta va pretinde permanent perfecțiune din partea ego-ului și poate deveni atât de nerealist în pretențiile sale, încât, chiar și realizările deosebite ale individului, le va considera complet lipsite de valoare. De exemplu, e posibil ca un conferențiar ce a ținut un discurs excelent în fața unui auditoriu distins să nu resimtă satisfacție și aceasta, deoarece l-au marcat și îl urmăresc două greșeli, obiectiv neînsemnate. În cazuri extreme, supraego-ul poate să-și depășească propriile limite, pedepsind chiar și comportamentele legitime. Un asemenea supraego, *supermoral,* poate fi la fel de crud precum id-ul. El poate deveni exagerat de sever și va abuza de un ego firav pe care îl va umili și amenința cu diferite pedepse, iar în cele din urma îl va îmbolnăvi.

Tabelul 2.1. Caracteristici ale componentelor modelului structural

ID (SINE)	EGO	SUPRAEGO
Prezent la naștere	Se dezvoltă din id începând de la 6-8 luni. Formarea sa este facilitată de senzațiile corporale care-l ajută pe copil să diferențieze între eu și non-eu.	Se dezvoltă din ego începând cu vârsta de 3-5 ani. Rezultă din interiorizarea standardelor parentale și rezolvarea complexului Oedip.
În întregime inconștient	Parțial inconștient, parțial conștient	Parțial inconștient, parțial conștient
Operează în baza procesului primar. Este haotic, irațional, ilogic și atemporal. Este, însă, capabil să producă imagini prin care gratifică plăcerea individului, împlinindu-i dorințele.	Operează în baza procesului secundar. Este logic, autoconservativ, ajută individul să-și rezolve problemele în sens adaptativ.	Operează conform imperativelor morale interiorizate. Poate fi realist și autoconservator.
Motivat de principiul plăcerii. Transformă nevoile biologice în tensiuni psihologice.	Motivat de principiul realității. Întârzie descărcarea tensiunii, până când condițiile de mediu o permit, evitând astfel erorile, pericolul și pedeapsa.	Motivat de energia folosită în formarea lui. Își întărește standardele prin stimularea sentimentelor de culpă sau mândrie.
Poate fi atât de puternic și crud (sau slab), încât să conducă la psihopatologie.	Cu cât este mai puternic ego-ul, cu atât mai sănătoasă este personalitatea.	Poate fi atât de puternic și crud (sau slab), încât să conducă la psihopatologie.

O culpabilizare inconștientă și intensă din partea supraego-ului poate fi cauza unor comportamente interzise sau autodistructive. Spre exemplu, o persoană poate comite o crimă sau poate să aibă eșec la școală sau în profesie. Aceste evenimente neplăcute îi vor înrăutăți atât de sever starea, încât îl va ruga pe psihanalist să îl pedepsească cumva pentru a obține ușurarea. Surpinzătoare este, însă, situația când supraego-ul poate deveni necruțător, cu toate că educația

părintească a fost relativ blândă şi agreabilă. În viziunea lui Freud, o explicaţie posibilă pentru asemenea situaţii o putem obţine dacă luăm în calcul complexitatea procesului de dezvoltare a supraego-ului. Acest proces, afirmă el, implică, nu doar interiorizarea standardelor parentale, ci şi rezolvarea unor conflicte intrapsihice, cum sunt, de exemplu, complexele Oedip şi Electra. Aceste chestiuni le vom relua detaliat în subcapitolul destinat dezvoltării personalităţii.

În tabelul 1.1 prezentăm, într-o formă condensată, caracteristicile definitorii ale celor trei instanţe psihice: ID, EGO şi SUPRAEGO.

2.2.2. Procesele personalităţii

Vom adresa acum lui Freud şi, implicit, teoriei sale cea de-a doua întrebare: *De ce*? De ce ne comportăm noi într-un anumit fel? Răspunsul la această întrebare ne va dezvălui procesele personalităţii prin prisma teoriei psihanalitice.

Freud a asemuit psihicul uman cu sistemele energetice din fizică, susţinând că acesta se supune aceloraşi legi ca oricare alt sistem energetic. Energia lui poate fi consumată în forma ei originară de existenţă, poate fi transformată în alte forme de energie sau blocată pentru o vreme, dar, în esenţă, rămâne aceeaşi energie. Din perspectivă psihanalitică, procesele personalităţii sunt expresia acestor modalităţi prin care energia individului este exprimată, transformată sau blocată. În concepţia freudiană, toată energia psihică rezidă în stări de excitaţie ale organismului care caută să se exprime pentru a obţine detensionarea sistemului.

Aceste stări de excitaţie Freud le-a numit instincte; ele reprezintă acele forţe care caută să se exprime cu orice preţ în conduita noastră. În primele sale formulări teoretice, au fost supuse atenţiei două categorii de instincte: ego - instinctele – ce se exprimă în tendinţele autoconservative ale individului şi, respectiv, instinctele sexuale – care au fost relaţionate cu nevoia de perpetuare a speciei. Într-o variantă teoretică ulterioară, întâlnim instinctul vieţii (acesta incluzând pe cele ale ego-ului şi cele sexuale) şi, respectiv, instinctul

morţii. Energia asociată instinctului vieţii a fost numită libido; pentru energia instinctului morţii, Freud a omis însă asocierea unui nume. De altfel, instinctul morţii a fost şi rămâne în continuare unul dintre aspectele cele mai controversate şi mai dificil de interpretat ale teoriei freudiene, numeroşi analişti identificându-l cu instinctul agresiv.

În teoria psihanalitică, procesele reflectă de fapt funcţionarea dinamică a personalităţii, mai precis dinamica instinctelor. Prin urmare, ne putem pune întrebarea: Ce se poate întâmpla cu un instinct? Freud ne răspunde oferindu-ne trei alternative. El poate fi: a) blocat (cel puţin pentru o vreme), b) poate fi exprimat într-o formă modificată sau c) descărcat în forma sa primară de existenţă. Spre exemplu, afecţiunea poate fi considerată o formă modificată a instinctului sexual, aşa cum şi instinctul agresiv poate lua forma sarcasmului. De asemenea, este posibil ca un obiect care în mod firesc gratifică individului un anumit instinct, să fie înlocuit cu un altul care să îndeplinească aceeaşi funcţie. De exemplu, dragostea ce o primeşte o persoană de la mama sa poate fi înlocuită prin afecţiunea exprimată de soţ/soţie, copii sau cea primită de la un prieten. Instinctele nu sunt doar schimbate sau modificate, ele pot fi chiar combinate unul cu celălalt. De exemplu, actul chirurgical, în concepţia psihanalitică, poate gratifica în acelaşi timp două instincte: al vieţii şi al morţii. Altfel spus, munca chirurgului poate răspunde, prin scopul ei, nevoii de a iubi, iar prin particularităţile ei, celei de a distruge. Devine astfel mai limpede pentru noi modalitatea prin care teoria psihanalitică oferă explicaţii pentru o varietate atât de mare de comportamente. În fapt, acelaşi instinct poate fi satisfăcut de un număr foarte mare de comportamente şi, reciproc, acelaşi comportament poate recompensa variate instincte.

În consecinţă, orice proces psihanalitic poate fi descris fie în termeni ai cheltuielilor energetice ce susţin relaţiile individului cu obiectele din mediul său, fie în termeni ai forţelor ce urmăresc blocarea cheltuielilor energetice, anulând astfel gratificarea unui instinct. Relaţiile de influenţă reciprocă dintre exprimarea şi inhibarea unui instinct fundamentează caracterul dinamic al teoriei psihanalitice. Elementul cheie al acestei funcţionări îl constituie

conceptul de anxietate. Mecanismele anxietății reflectă cel mai limpede relațiile funcționale dintre cele trei componente structurale ale personalității. În cadrul acestei triade funcționale, sarcina ego-ului este una foarte dificilă, pentru că este o "biată creatură" în serviciul a trei stăpâni. Mai precis, în permanență, el se expune la trei pericole: cerințele mediului, presiunea libidoului și severitatea supraego-ului. La aceste amenințări, Ego-ul răspunde prin anxietate. Conform interpretării psihanalitice, anxietatea denotă o experiență emoțională dureroasă, reprezentând o amenințare sau un pericol la adresa persoanei. Ea are însă valențe adaptative, deoarece pregătește individul pentru acțiuni potrivite contextului, astfel că un anumit nivel de anxietate este absolut normal și dezirabil.

În raport cu sursa declanșatoare sau responsabilă (cerințele mediului, presiunea libidoului sau imperativele supraego-ului), Freud a identificat trei tipuri de anxietate: a. *Anxietatea realistă* – este cauzată de un pericol din mediu, ca de exemplu teama ce ți-o produce întâlnirea inoportună cu un individ cu o înfățișare amenințătoare pe o stradă pustie; b. *Anxietatea nevrotică* – se referă la neliniștea ce rezultă atunci când cedăm unui impuls puternic și periculos al id-ului, cum ar fi dorința de incest sau crimă și c. *Anxietatea morală* – este cauzată de acte sau dorințe care încalcă propriile standarde privind răul și binele (subminând astfel supraego-ul) și include sentimente de rușine și culpă. Cel mai dificil este să faci față anxietății nevrotice și morale, deoarece ele sunt intrapsihice, și de presiunea lor nu se poate scăpa prin acțiuni simple, fizic-evitative, cum ar fi să o iei la fugă. Ne putem pune, în mod firesc, următoarea întrebare. Dacă id-ul este deținătorul întregii energii psihice, atunci cum reușește ego-ul să câștige controlul asupra acestuia? Răspunsul ni-l oferă tot Freud. El consideră că dezvoltarea ego-ului slăbește puterea id-ului, deoarece acest proces îi consumă mare parte din libidou. Pe de altă parte, ego-ul are la dispoziție o serie de *mecanisme defensive*. Pe acestea, ego-ul le utilizează pentru a face față atât amenințărilor severe din partea id-ului, cât și celor ale supraego-ului sau ale lumii externe, reușind astfel

să reducă anxietatea asociată acestora. Dintre aceste mecanisme amintim: represia, raționalizarea, negarea, regresia.

Represia este mecanismul defensiv fundamental al teoriei freudiene. Ea se referă la procesele prin care ego-ul elimină din spațiul conștientului, în mod automat, dorințele, gândurile, convingerile, sentimentele sau amintirile neplăcute. Persoana nu este niciodată conștientă de utilizarea represiei, deoarece mecanismul este inițiat de segmentul inconștient al ego-ului. Acesta consumă energia psihică, pentru a preveni ca un impuls periculos din id să fie concretizat în comportament. Procesul este denumit **anticathesis**, deoarece se opune cathesis-ului id-ului. Atâta timp cât *anticathesis-ul* ego-ului este mai puternic decât cathesisul id-ului, represia are succes și materialul periculos nu va fi conștientizat. În stare de veghe conștientizarea materialului, o dată reprimat, necesită mai mult decât intenționalitate, ea reclamând adesea proceduri speciale de actualizare. În timpul somnului, însă, anticathesis-ul ego-ului slăbește și va permite astfel materialului reprimat să se releve în conținutul oniric. Aceasta se poate întâmpla și în timpul unor stări de veghe, parțial alterate, cum ar fi, de exemplu, în cazul intoxicației cu alcool. Freud consideră că toate represiile importante se produc în perioada timpurie a copilăriei, deoarece atunci ego-ul imatur și relativ lipsit de putere necesită metode speciale pentru a face față pericolului. Nu trebuie neglijat nici faptul că adeseori represia creează mai degrabă probleme, în loc să le rezolve. Spre exemplu, fuga de o amenințare externă poate fi o alegere înțeleaptă, cel puțin pentru moment, dar nu este modalitatea cea mai bună pentru a scăpa de presiunile propriului psihic. Impulsurile id-ului continuă să reclame satisfacție, forțând ego-ul să utilizeze unele din cantitățile sale limitate de energie psihică pentru a menține acest proces. Mai mult chiar, dat fiind caracterul inconștient al represiei, ea nu va putea fi stopată atunci când nu mai este necesară. Ca atare, există persoane la care represia persistă și în adolescență și chiar la maturitate, împiedicând adevărata autocunoaștere și putând conduce la dezvoltarea unor severe simptome nevrotice.

Este demn de menționat faptul că asupra represiei, în descendența psihanalitică, s-au făcut mult mai multe investigații experimentale decât asupra oricărui alt mecanism defensiv și chiar decât asupra oricărui alt concept din teoria psihanalitică. Unul dintre primele studii de acest gen este cel realizat de către Rosenzweig, în 1941. Lucrând cu o grupă de studenți de la Universitatea Harward, Rosenzweig a remarcat că, atunci când aceștia sunt implicați în soluționarea unor sarcini experimentale, ei își pot reaminti în număr mai mare itemii pe care i-au putut rezolva decât cei pentru care nu au găsit soluția. În schimb, după încheierea experimentului, în afara oricărei presiuni, ei au fost în măsură să-și reamintească un număr la fel de mare dintre itemii nesoluționați în experiment.

Într-un studiu mai recent (Morokoff, 1985), un grup alcătuit din femei cu sentimente puternice de vinovăție sexuală (persoane care se consideră vinovate de eșecurile raporturilor sexuale) și femei cu sentimente reduse de vinovăție sexuală au vizionat o casetă cu scene erotice. Sarcina lor era ca, pe durata vizionării, să raporteze verbal nivelul de activare neuropsihică pe care o resimt. Experimentatorul înregistra în același timp, cu ajutorul unui dispozitiv electronic, nivelul răspunsurilor fiziologice ale fiecărei participante. Rezultatele au indicat că femeile cu puternice sentimente de vinovăție sexuală au raportat nivele mai scăzute de arousal decât cele cu sentimente reduse, dar au dovedit în schimb un nivel mai ridicat al parametrilor fiziologici. Probabil, vinovăția asociată cu nivelul crescut de activare fiziologică, consideră Morokoff, au împiedicat conștientizarea arousal-ului fiziologic.

Într-o cercetare asupra represiei, subiecților li s-a solicitat să-și sondeze trecutul cel mai îndepărtat și să relateze orice tip de experiență pe care au avut-o în copilărie. În plus, li s-a cerut să-și amintească acele experiențe din copilărie care pot fi asociate cu una din următoarele cinci emoții: fericire, tristețe, mânie, frică și surpriză și să precizeze apoi care a fost prima experiență asociată cu fiecare din aceste emoții. În baza răspunsurilor oferite la chestionar, subiecții au fost ulterior divizați în represivi și non-represivi. Autorii studiului au urmărit identificarea unor diferențe de reactualizare a experiențelor emoționale pentru cele două categorii de subiecți.

Rezultatele au demonstrat că represivii și-au amintit sensibil mai puține evenimente emoționale negative și au fost mai în vârstă decât nonrepresivii la momentul primei experiențe emoțional-negative reamintite. Datele obținute sunt consistente cu ipoteza conform căreia represia implică blocarea accesului la registrul mnezic ce stochează evenimentele emoțional negative (Davis & Schwartz, 1987, apud Pervin, 2001).

Studii ulterioare care au continuat această linie de investigație au dovedit că anumiți indivizi pot fi considerați ca deținători ai unui stil represiv particular (Weinnberger, 1990). Aceștia dovedesc o tendință scăzută de a experiența afecte negative și etalează răspunsuri emoționale stereotipice. Imaginea lor de sine este relativ constantă, ei demonstrând o tendință foarte scăzută de a o schimba și, de regulă, opun rezistență la acele informații care ar putea induce modificări ale acesteia. În relațiile lor cu mediul fizic și social afișează o aparentă relaxare și calm, dar acest calm este plătit foarte scump. Astfel, o serie de studii experimentale au dovedit că represivii sunt fiziologic mai reactivi la stres decât nonrepresivii și, ca atare, mult mai predispuși să dezvolte o mare varietate de tulburări psihice. (Contrda, Czarnechi, & Pan, 1997; Derakshan & Eysenck, 1997, Weinberger & Davidson, 1994).

Într-o pledoarie ce ne invită la o atentă analiză a fenomenului, Erdelyi & Goldberg (1979) oferă o încercare de limpezire a mecanismelor represiei. Ei ne supun atenției probleme legate de definirea termenului, precum și cele referitoare la studiile de laborator. Cei doi cercetători consideră că există suficient de multe dovezi experimentale care demonstrează că memoria pentru evenimente aparent definitiv uitate poate fi redobândită. Ceea ce este, însă, dificil de dovedit în laborator este funcția defensivă a represiei, adică acel efort de a proteja conștientul de informația traumatizantă. Ca atare, în loc să considere că eșecul testelor experimentale ar trebui să ne convingă să renunțăm la concept, Erdelyi și Goldberg se focalizează pe limitele cercetării de laborator. Realizând o comparație între rezultatele cercetării clinice, și ale celei de laborator, ei acceptă faptul că cele două abordări au condus la rezultate sensibil diferite, dar în același timp oferă și o interpretare personală. Asemenea diferențe, afirmă ei, reflectă mai degrabă deosebirile inerente între cele două abordări, și nicidecum inconsistența fenomenului în sine.

Caracterul genial al perspectivei clinice rezidă în capacitatea ei de a releva cât mai fidel procesele cognitive complexe. Din punctul lor de vedere, mărturiile privind represia sunt covârşitoare şi foarte evidente. Punctul slab al abordării clinice îl reprezintă însă absenţa unei metodologii riguroase. Prin contrast, forţa investigaţiei de laborator rezidă tocmai în vigoarea metodologică, dar, din nefericire, slăbiciunea ei transpare în inabilitatea de a aborda ecologic procesele cognitive complexe.

Rezumând, se pare că, în timp ce practica psihanalitică obţine date confirmative pentru mecanismele represiei, psihologii experimentalişti susţin că nu există încă dovezi verificabile în laborator care să susţină conceptul de represie. Rămâne în sarcina investigaţiilor viitoare să stabilească neechivoc sensul în care se va înclina balanţa.

Represia operează adesea în combinaţie cu alte mecanisme defensive. Spre exemplu, în cazul **reacţiei inverse**, convingerile, emoţiile şi motivele ameninţătoare sunt reprimate şi înlocuite cu opusul lor. În fapt, individul se apără împotriva exprimării unor impulsuri inacceptabile dezvoltând comportamente contrare acestora. Un copil care se teme să se confrunte cu un părinte abuziv şi puternic îşi poate reprima furia convertind-o în afecţiune şi respect. Sau, un bărbat îşi poate reprima puternicele sentimente de ură faţă de sine, dezvoltate în copilărie, convertindu-le în sentimente de superioritate faţă de semeni. În fiecare caz, supralicitarea atitudinii opuse reduce anxietatea şi ajută la menţinerea, în formă reprimată, a componentei ameninţătoare. Dezvoltarea reacţiei inverse poate fi, de regulă, relativ uşor diferenţiată de convingeri adevărate, dar aflate la extremă, cum sunt cele de natură compulsivă. Un exemplu în acest sens ar fi adolescentul care crede că tatăl său nu greşeşte niciodată. Această strategie defensivă poate fi cel mai uşor deconspirată în situaţiile când apărarea cedează, cum ar fi atunci când un băiat, "model de conduită", îşi ucide sadic părinţii sau când o persoană care nu ar fi omorât un fluture săvârşeşte un act criminal abominabil. Asemenea depresiei, acest mecanism defensiv îşi are originea în segmentul inconştient al ego-ului, ceea ce face imposibilă conştientizarea mecanismelor sale.

Transferul (Displacement) implică transferul sentimentelor şi comportamentelor de la un subiect periculos spre unul mai puţin

ameninţător. Spre exemplu, o persoană care este furioasă pe şeful său poate menţine defensiv o tăcere discretă, atâta timp cât este la serviciu. Mergând apoi acasă, el îşi va descărca tensiunea pe membrii familiei. Acelaşi individ poate apela şi la **proiecţie**, un mecanism prin care el îşi ascunde impulsuri periculoase, atribuindu-le inconştient altor persoane. De exemplu, furia proiectată poate conduce la convingerea că tu eşti o persoană antipatică, urâtă sau persecutată de către toţi ceilalţi. În transfer, ştii că eşti furios pe cineva, dar, pentru detensionare, alegi o ţintă mai uşoară. În proiecţie, în schimb, îţi reprimi în mod inconştient furia şi crezi că alte persoane sunt furioase pe tine. Proiecţia operează totdeauna inconştient, în timp ce transferul poate opera uneori şi conştient. Deşi proiecţia joacă un rol important în dezvoltarea comportamentului paranoic la copiii până la o anumită vârstă, este considerată o modalitate firească prin care aceştia îşi neagă greşelile.

O altă cale prin care ego-ul se poate proteja de situaţii ameninţătoare o reprezintă **negarea**. Ea rezidă în refuzul de a face faţă unei realităţi neplăcute. Negarea diferă de represie prin faptul că, în cazul ei, ameninţarea se produce mai degrabă în lumea externă decât în cea intrapsihică. De exemplu, un copil care dezagrează naşterea unui frate sau a unei surori poate dezvolta verbalizări repetitive de tipul "nu mai este nici un copil aici, nici un copil". Sau, un adult care este foarte sensibil la critică poate fi incapabil să perceapă expresia de dezacord de pe faţa altora. Spectrul ameninţător al morţii reprezintă frecvent cauza declanşatoare a negării, pentru că este foarte dificil să accepţi faptul că noi şi cei dragi nouă vom muri cândva.

Adesea, negarea este însoţită de un alt mecanism defensiv, fantasmarea, în care nevoile neîmplinite sunt gratificate în imaginaţia persoanei. Un copil îşi poate nega slăbiciunea, nu doar prin jocul cu simboluri ale puterii, cum ar fi armele de jucărie, dar şi închipuindu-şi că este un general vestit sau un părinte onorabil. Ca şi în cazul negării, un nivel excesiv al fantasmării împiedică ego-ul să-şi îndeplinească funcţiile sale principale – perceperea şi confruntarea cu realitatea.

Raţionalizarea constă în a utiliza şi a crede în explicaţii plauzibile superficiale pentru a justifica un comportament

inacceptabil. În loc să adreseze scuze pentru a se detensiona, individul preferă raționalizarea și își va reduce anxietatea, ascunzând adevărul față de ceilalți, dar și față de sine însuși. Raționalizarea este o prezență ubicuă în toate sferele vieții sociale și profesionale. Un bărbat care abuzează de soția sa, prin raționalizare se poate convinge pe sine însuși că, în realitate, el este adevărata victimă. Un student slab pregătit care tocmai a mai picat un examen, raționalizând eșecul, va fi ferm convins că sistemul de promovare este incorect sau că genialitatea sa nu poate fi înțeleasă. Un profesor cu scoruri mici la evaluarea periodică poate trage concluzia că studenții săi nu au minimele abilități de evaluare. Un politician care cheltuiește banii publici, proveniți din taxe și impozite, în vacanțe personale ori care se găsește vinovat de hărțuire sexuală sau care acceptă favoruri de la oameni de afaceri, prin raționalizare, poate ajunge la concluzia că poziția să augustă îi dă dreptul să încalce orice regulă.

O serie de emoții amenințătoare pot fi inconștient separate de gândurile sau amintirile relaționate cu ele printr-un mecanism defensiv cunoscut sub numele de **intelectualizare.**

S-a constatat că unii pacienți, pe durata psihoterapiei, obțin un confort psihic prin reprimarea "durerii", reușind astfel să discute detașat emoțional despre problemele lor; acest avantaj este însă temporar și el va împiedica progresul terapeutic, deoarece produce o ruptură între ideație și afect, ei nu mai simt ceea ce declară. În consecință, separând reacția emoțională de cea intelectuală, beneficiul psihoterapiei se diminuează sever și nu vom mai constata nici un progres de la o ședință la cealaltă.

Este normal pentru un copil să se identifice cu părinții săi și să-și dorească să devină asemenea lor, dar, uneori, această **identificare** cu părinții poate fi utilizată și ca mecanism defensiv. Un copil mâhnit pentru moartea pisicii preferate își poate alina durerea identificându-se cu animalul pierdut, mieunând ca o pisică și alergând în patru picioare prin casă. Un student criticat sever de un profesor dominant va încerca să obțină sentimente de control asupra situației prin adoptarea inconștientă a expresiilor faciale ale agresorului.

Regresia implică reîntoarcerea la un comportament tipic dintr-o perioadă timpurie și sigură din viața individului. Nașterea unui frățior/surioare poate determina un copil să reia comportamente depășite. El va reveni la conduite spe-cifice perioadei în care se bucura singur de toată atenția părinților. Acea perioadă va fi reactualizată prin acte precum sugerea degetului sau micțiunile în pat; pe această cale, copilul își va descărca defensiv durerea. Dar chiar și un adult poate face față mai ușor unui eveniment traumatic, ca de exemplu, un divorț, dacă regresează la comportamente copilărești și redevine astfel dependent de părinții săi.

În fine, **sublimarea** servește scopurilor defensive prin canalizarea inconștientă a unor impulsuri interzise (cum ar fi cel de a ucide) spre comportamente acceptabile social (de ex., practicarea sportului). Sublimarea diferă de celelalte mecanisme defensive prin faptul că ea nu este utilizată doar pentru a depăși un moment, ci are adesea efecte de durată. În consecință, sublimarea reprezintă mecanismul defensiv ideal, soluția optimă pentru instinctele noastre antisociale, înnăscute și interzise.

Capacitățile defensive ale ego-ului sunt, de cele mai multe ori, triumfătoare în lupta lor cu pericolele la care suntem frecvent expuși. Dar, deoarece operarea lor scapă de sub controlul conștientului, ele pot relativ ușor să devină excesive și să conducă la comportamente de autonimicire. Iată cum exprima Freud acest lucru:

"Informațiile pe care reușim să le conștientizăm sunt incomplete și adesea nedemne de încredere. Chiar dacă nu ești bolnav, cine îți poate spune ce este emoțional și ce nu în mintea ta, despre care tu nu știi nimic sau ești greșit informat? Tu te comporți mai degrabă asemeni unui conducător absolut care este în permanență informat de către oficialii săi de cel mai înalt rang, dar care niciodată nu merge printre oamenii de rând pentru a le auzi vocile. Îndreaptă-ți privirea spre interior, privește în adâncurile tale, învață mai întâi să te cunoști pe tine însuți" (Freud, 1917, p.143).

2.2.3. Dezvoltarea personalității

Vom încerca în cele ce urmează să aflăm răspunsul pe care l-ar oferi Freud la cea de a treia întrebare: Cum? Cum se dezvoltă personalitatea? Cum devenim ceea ce suntem la un moment dat?

În dezvoltarea sa, personalitatea, asemeni întregii naturi vii, suferă o serie de transformări ce permit trecerea de la imaturitatea primei copilării la maturitatea adultă. Din perspectivă psihanalitică, o teorie a dezvoltării personalității trebuie să ia în considerare două aspecte. Primul se referă la faptul că individul trebuie să treacă prin anumite stadii ale dezvoltării: dezvoltarea gândirii și a instinctelor. Cel de-al doilea atrage atenția asupra importanței ce trebuie acordată experiențelor din primii ani de viață, și aceasta datorită impactului pe care evenimentele le au asupra comportamentului la maturitate. Există chiar și o poziție psihanalitică extremă care susține că cele mai semnificative aspecte ale personalității de mai târziu se desăvârșesc în primii cinci ani de viață. Această idee o regăsim, metaforic exprimată, și în celebra afirmație freudiană "copilul este tatăl omului". Ea exprimă ferma lui convingere că elementele fundamentale ale personalității sunt pe deplin conturate în jurul vârstei de 5 ani. Cu alte cuvinte, ni se sugerează că dimensiunile definitorii ale personalității adultului nu diferă, în esența lor, de cele ce îl caracterizează pe copilul ce abia a început grădinița. Ideea își are rădăcinile în concepția filozofică a lui Freud, conform căreia libertatea personală și schimbările de rutină nu-și află loc în spațiul personalității.

Pentru o mai bună ilustrare a acestei asumpții, vom lua un exemplu. Să presupunem că cineva ne solicită să ne gândim la un nume feminin. Putem avea noi sentimentul unei libere alegeri sau decizii asupra numelui ce ne va veni în minte? Probabil, cei mai mulți am răspunde da. Freud însă ne-ar contrazice, susținând că ceea ce noi credem că este libertate de alegere nu este altceva decât o iluzie. Nici o activitate mintală nu se produce în mod arbitrar, într-o manieră a liberei alegeri. Conform determinismului psihic postulat de Freud, toate comportamentele noastre – de la simpla opțiune culinară, la

alegerea partenerului de viață – sunt întru totul determinate de energiile și influențele inconștientul nostru. În plus, susține el, toate acestea poartă vădit amprenta primelor noastre experiențe de viață.

Dezvoltarea proceselor gândirii

Perspectiva psihanalitică asupra dezvoltării proceselor gândirii se focalizează preferențial pe modificările evolutive ce permit trecerea de la procesele primare la cele secundare de gândire. Procesele primare de gândire sunt relevate de "limbajul" inconștientului, în care realitatea și fantezia se confundă inseparabil. Caracteristicile gândirii primare se regăsesc cu prisosință în visele noastre. Aici, evenimentele se pot desfășura concomitent, în mai multe locuri, caracteristicile mai multor indivizi sunt contopite și portretizează o singură persoană, iar evenimentele se pot derula înainte sau înapoi. În general, tot ceea ce este imposibil în stare de veghe se poate cu mare ușurință realiza în vis. Procesele secundare de gândire ni se descoperă, în schimb, doar prin "limbajul" conștientului și al realității testate. În paralel cu dezvoltarea gândirii secundare, se structurează treptat ego-ul și supraego-ul individului. Prin conturarea ego-ului, caracteristicile individuale sunt mai limpede diferențiate, eul se delimitează acum tot mai net de restul lumii, iar centrarea excesivă pe sine este vizibil diminuată.

Relativ recent, Epstein (1994) a postulat o distincție oarecum similară cu cea a lui Freud. Epstein distinge între gândirea experiențială și cea rațională. Acestea sunt văzute ca fiind două modalități fundamental diferite de cunoaștere a lumii, prima fiind asociată cu emoțiile și experiența personală, iar cealaltă cu intelectul. Gândirea experiențială, analogă proceselor primare, este considerată mai timpurie în dezvoltarea noastră ontogenetică și i se atribuie un caracter holistic. Ea este concretă și puternic influențată de factori emoționali. Funcționarea ei se relevă prioritar în relațiile interpersonale, unde poate lua forma empatiei și a intuiției. Prin contrast, gândirea rațională, similară proceselor secundare din modelul freudian, este mai recentă ontogenetic, are un caracter

abstract, analitic, şi se supune regulilor logicii şi ale evidenţei. Operarea ei o regăsim mai cu seamă în rezolvarea problemelor matematice, dezlegarea anagramelor, deciziilor economice etc. Epstein consideră că cele două sisteme sunt paralele şi că ele pot funcţiona fie în conjuncţie, fie în conflict. Acest mod de relaţionare poate fi ilustrat în special în contextul activităţilor noastre creative, unde dinamica celor două moduri de gândire se regăseşte definitoriu. Există, de asemenea, diferenţe individuale în ceea ce priveşte gradul în care fiecare sistem este dezvoltat şi disponibil spre utilizare în acţiunile noastre.

Dezvoltarea instinctelor

În cea mai mare parte, teoria psihanalitică a dezvoltării se concentrează asupra dezvoltării instinctelor. Sursa instinctelor o reprezintă stările fiziologice de excitaţie ale organismului care tind să se localizeze în anumite regiuni corporale numite zone erogene. În conformitate cu tezele freudiene, există o predeterminare biologică a dezvoltării şi schimbării principalelor zone erogene. În fiecare perioadă evolutivă, sursa principală de excitaţie şi energie tinde să se focalizeze pe o anumită zonă, urmând apoi un calendar prestabilit de schimbare a locaţiei până la maturitate. Dezvoltarea intelectuală şi emoţională a individului este sensibil dependentă de interacţiunile sociale, de anxietăţile şi recompensele care se produc în relaţie cu aceste zone erogene. În mod normal, această evoluţie parcurge cinci stadii.

1. Stadiul oral. Conform teoriei psihanalitice, primul stadiu în dezvoltarea personalităţii este cel oral. În timpul primelor 12-18 luni, dorinţele sexuale ale copilului sunt centrate în jurul regiunii orale (gură, limbă, buze). Suptul sânului sau al tetinei recompensează copilul nu doar cu hrană, ci şi cu o plăcere erotică. Persistenţa încăpăţânată a copilului de a suge chiar şi după ce şi-a obţinut hrana necesară constituie, în concepţia lui Freud, dovada existenţei încă dintr-un stadiu timpuriu a nevoii de satisfacţie sexuală. Aceasta

reprezintă o luptă pentru a obţine plăcerea, independent de hrană şi, din acest motiv, trebuie să fie considerată sexuală. Nimeni dintre aceia care au văzut un copil depărtându-se satisfăcut de sân şi adormind cu obrajii îmbujoraţi şi zâmbetul pe buze nu poate susţine că această imagine ar fi altceva decât prototipul exprimării satisfacţiei sexuale din experienţele de mai târziu" (Freud, 1905/ 1965, apud Pervin, 2001).

Importanţa analizei transformărilor stadiale în vederea descifrării personalităţii adultului reiese în primul rând din concepţia freudiană asupra fixaţiei. Fixaţia se referă la blocarea evolutivă a unei persoane, care devine astfel prizoniera unui anumit stadiu. Cauza o reprezintă fie o satisfacţie excesivă, fie o frustrare sau o anxietate dezvoltate în relaţie cu zona erogenă a stadiului respectiv. Deoarece energia libidinală continuă să fie investită în acel stadiu, este posibil ca în condiţii de stres excesiv persoana să regreseze la acel stadiu, această reîntoarcere constituind tocmai mecanismul său defensiv (Vezi analiza regresiei în subcapitolul 1.1.2.). Freud a identificat două tipuri de trăsături de personalitate care exprimă regresia la stadiul oral.

Prima, numită receptivitate orală, derivă din plăcerea copiilor de a primi şi ingera alimente. Indivizii cu o asemenea trăsătură dezvoltă relaţii de dependenţă faţă de persoanele care îi îngrijesc şi îi hrănesc. Din punct de vedere psihologic, asemenea persoane sunt mult mai sugestibile şi mai uşor de păcălit decât majoritatea indivizilor, "înghiţind" orice li se spune (credulii, naivii). Ele sunt, de asemenea, foarte receptive la noutăţi, în special la cele primite direct de la alţii. Sunt indivizii cărora le plac bomboanele, prăjiturile, dulciurile, în general, şi fumatul. Psihanaliştii consideră că marea majoritate a persoanelor obeze sunt oral receptive.

Cea de a doua trăsătură, agresivitatea orală, este de asemenea derivată din plăcerile copilului asociate cu gura, alimentele şi actul hrănirii. De data aceasta însă, accentul cade pe muşcat, mestecat, în general pe acţiunile ce implică utilizarea dinţilor. Persoanele oral-agresive sunt acelea care sfarmă bomboanele sau alte alimente solide

imediat după ce le introduc în gură, mestecă mai tot timpul gumă de mestecat, iar, dacă sunt fumători, își strâng cu putere între dinți pipa sau țigara. În majoritatea relațiilor lor sociale, indivizii oral-agresivi sunt deosebit de agresivi verbal; maniera lor dialogală este sarcastică și argumentativă, uzând de toate modalitățile prin care pot domina și controla o discuție.

2. Stadiul anal. Cel de-al doilea stadiu în dezvoltarea personalității este cel anal. În jurul vârstei de 2-3 ani, gratificarea libidinală, susține Freud, este obținută prin stimularea regiunii anale. La câteva ore după alimentare, copilul resimte tensiune și disconfort datorate presiunii intestinale, dar va obține curând o plăcută relaxare prin defecație. "Există numeroși indivizi (adulți) care caută să prelungească cât mai mult voluptatea defecării, descriindu-și această experiență ca pe un moment extraordinar" (Freud,1920/1977).

Un aspect foarte important al acestui stadiu îl reprezintă exercițiul toaletei, care antrenează copilul și părinții în problematica interacțiunilor și conflictelor sociale. Este un conflict între eliminare și retenție, între plăcere prin evacuare și disconfort prin retenție, sau între dorința de a obține plăcere prin eliminare și cerințele lumii externe pentru amânarea acesteia. Acesta reprezintă primul conflict crucial dintre individ și societate. Din punctul de vedere al părinților, e o chestiune de control social: "O să vrea oare copilul nostru să folosească olița?". Din perspectiva copilului, chestiunea se reduce la putere: "Ce ar trebui oare să fac, ceea ce vreau eu sau ceea ce ei vor ca eu să fac?" Diferențele individuale vor releva mai târziu maniera în care părinții și copiii răspund la aceste întrebări. Unii părinți sunt rigizi și pretind inflexibil copiilor lor să se supună cerinței: "Hai, fuga la oliță! Aici! Acum!" Acest gen de interacțiuni pot declanșa o luptă acută între dorințe; copilul va experiența dureros conflictul și presiunea socială, el va trebui să se supună la ceea ce mama și tata îi pretind. Experiențele acestea le va purta cu el și ele se vor dezvălui în atitudinile sale rebele față de alte figuri autoritare din spațiul social în care se va scufunda mai târziu – profesori, superiori, polițiști etc. Există, prin contrast, o altă categorie de părinți, deosebit de permisivi

în a accepta preferințele și orarul copiilor lor, răspunzând favorabil la toate nevoile personale ale copiilor: "Stai cât vrei. Ia uite ce a făcut băiatul! Nu-i așa că e frumos! Să știi că ne mândrim cu tine". Asemenea atitudini pot spori stima de sine a copilului și favorizează uneori dezvoltarea unor tendințe artistic-creative, acestea fiind întărite de amuzamentul folosirii oliței și de lauda părinților pentru "cadoul" oferit prin defecație.

Fixația în stadiul anal va determina dezvoltarea personalității "anal-retentive", cu referire la acele persoane care caută să amâne satisfacția până în ultimul moment posibil. Indivizii cu o asemenea personalitate întotdeauna își vor consuma în ultimul moment desertul, adică după ce toți ceilalți l-au consumat. Și, în mod constant, ei vor pune ceva deoparte pentru mai târziu. Trăsăturile relaționate cu acest tip "constipat" de personalitate includ o meticulozitate excesivă, zgârcenie și perseverență în a acumula cât mai mult.

Într-un studiu de caz devenit celebru, "Omul lup", Freud a atribuit interesul deosebit pentru cadouri și bani al subiectului analizat pe seama experiențelor plăcute de defecație din copilărie. Prin contrast, tipul anal-expulsiv de personalitate etalează un mod "diareic" de fixație. Persoanele cu o personalitate anal-expulsivă reacționează împotriva strictețeî parentale, "defecând" oricând și oriunde vor ei. Trăsăturile asociate cu acest tip includ dezordinea, agresivitatea, exploziile emoționale și chiar cruzimea sadică.

Stadiul uretral. Stadiul uretral nu poate fi net diferențiat de stadiul anal, din acest motiv, ele sunt, de regulă, tratate împreună. El se particularizează doar prin faptul că uretra, acel canal ce transportă urina de la vezică spre exterior, dobândește valențe erogene. Copilul va trebui să învețe să-și controleze nevoia de a urina și conflictul se dezvoltă atunci când părinții îi pretind controlul micțiunii.

3. Stadiul falic. Cel de-al treilea stadiu în dezvoltarea personalității este cel falic. În acest stadiu băiatul/fata învață să-și producă senzații de plăcere prin atingerea organelor sexuale. Plăcerile fizice și fanteziste pe care le experiențiază prin aceste comportamente

sunt aspecte importante ale acestei etape evolutive. Cu toate acestea, satisfacerea nevoilor libidinale constituie doar o parte a experiențelor de dezvoltare, deoarece stadiul falic este dominat de conștientizarea faptului că băieții au penis, iar fetele nu.

În acest stadiu, copiii se întreabă "De ce fetele nu au penis?" În accepțiunea freudiană, răspunsul la această întrebare este acompaniat de emoții negative, de frică la băieți și de gelozie la fete. În ambele situații, emoțiile dezvoltate conduc la schimbări calitative semnificative ale relațiilor pe care aceștia le au cu părinții lor. Băieții dezvoltă sentimente de dragoste posesivă față de mama lor. "Băiatul devine iubitul mamei. El dorește să o posede fizic în moduri pe care le-a elaborat pornind de la observațiile și intuițiile sale despre viața sexuală și, tocmai de aceea, va încerca să o seducă. Prin această conștientizare timpurie a masculinității, băiatul caută să ia locul tatălui. Tatăl său devine acum un rival ce stă în drumul său și pe care el ar vrea să-l elimine". Acest patern afectiv-relațional a fost numit complexul lui Oedip. În denumirea sa, Freud a fost influențat de mitul legendarului rege grec Oedip, imortalizat de Sofocle. Oedip, fără să-și recunoască victima, și-a ucis tatăl și s-a căsătorit cu mama sa. Sentimentele oedipiene sunt foarte puternice. Ele includ toate aspectele unei relații de dragoste adevărată: ura din pasiune, gelozia și dorul disperat. Complexul oedipian constituie sursa unor severe conflicte. Băiatul se teme că dorințele sale interzise îl vor costa dragostea și protecția tatălui, privându-l în acest fel de satisfacerea unei nevoi esențiale. În aceeași perioadă, băiatul descoperă diferențele dintre sexe și ajunge la o concluzie uimitoare: fetele, inițial, au posedat penis, dar acesta le-a fost luat ca pedeapsă, și aceeași soartă îl așteaptă și pe el dacă persistă în dorințele sale oedipiene – anxietatea castrării. Pentru a-și reduce și, în final, a elimina intensa anxietate a castrării, băiatul abandonează aceste dorințe și le înlocuiește cu un set de atitudini mult mai complicate. El intensifică identificarea cu tatăl său, dorind acum să fie mai degrabă ca acesta decât să-l înlocuiască. În același timp, băiatul recunoaște că el nu poate beneficia de tot ceea ce i se cuvine tatălui său. Spre

exemplu, conștientizează că nu se va putea bucura de anumite privilegii în relația cu mama sa și, ca atare, învață treptat să cedeze în fața autorității. Aceste identificări și interdicții vor fi încorporate în sistemul axiologic al individului, contribuind la formarea și consolidarea supraego-ului și prevenind în acest fel sexualitatea oedipiană, iar ostilitatea devine funcția sa primară.

Astfel, un supraego sever poate rezulta dintr-un intens complex oedipian care necesită contraponderi puternice. Experiența este deosebit de traumatică pentru băiat, așa încât ea va fi reprimată în inconștient, astfel încât perioada și experiențele oedipiene nu vor mai putea fi reactualizate decât în condițiile terapiei psihanalitice. Există situații în care efectele complexului Oedip pot fi mult mai evidente, cum ar fi atunci când un bărbat își alege o soție ale cărei trăsături fizice le aproximează foarte bine pe cele ale mamei sale.

O ilustrare interesantă a eforturilor de a testa experimental conceptul de *Complex Oedip* o oferă studiile de activare psihodinamică subliminală. În acest gen de investigații, stimulii sunt prezentați subliminal cu ajutorul tahistoscopului. Ipoteza de la care se pornește este următoarea: mesajele percepute subliminal pot activa sau atenua conflictele inconștiente ale individului, efectul lor depinzând de natura conflictului și a mesajului perceput (Opre, 2002).

Într-un număr impresionant de investigații, Silverman și colaboratorii săi s-au străduit să dovedească că anumite mesaje (verbale sau imagistice), prezentate subliminal, pot servi atât unor scopuri diagnostice, cât și celor terapeutice. Destinația diagnostică a unor asemenea strategii se bazează pe asumpția conform căreia o serie de tulburări psihiatrice sunt determinate de conflicte ce implică dorințe agresive sau libidinale (perspectivă psihodinamică). Silverman susține că mesaje, precum "ucide-ți mama", "urăște-l pe tata", atunci când sunt prezentate subliminal, vor precipita psihopatologia, deoarece alimentează conflicte preexistente. Apelând la expuneri de scurtă durată (cca. 4 ms) a unor mesaje derivate din teoria psihodinamică, echipa lui Silverman a reușit să inducă efecte specifice asupra unor clase particulare de tulburări psihopatologice (Silverman, Bornstein & Mendelson, 1976). Rezultatele lor au fost

ulterior oferite drept date suportive pentru multe dintre ipotezele psihanalitice, ca de exemplu: rolul agresivității orale în schizofrenie (Silverman & Spiro, 1968), agresiunea reprimată în depresie (Miller, 1973), conflictul anal în bâlbâială (Silverman & colab., 1972), dorințele incestuoase în homosexualitate (Silverman & colab., 1972) (apud. Bornstein, 1982). Autorii investigațiilor atrag atenția asupra faptului că mesajele de control, nerelaționate cu conflictele psihice inferate, precum și mesajele conflictuale expuse supraliminal nu au produs efecte sesizabile asupra comportamentului psihopatologic. Cel mai cunoscut mesaj (devenit deja celebru) utilizat de Silverman în investigațiile sale clinic-experimentale, a fost: " Mommy and I are one"; "Eu si cu mama suntem una" (vezi 3.4.). Utilizând acest mesaj, Silverman a pretins obținerea unor corecții simptomatice într-o mare varietate de tulburări psihopatologice (Silverman, 1985).

Scopul experimentului pe care îl prezentăm aici a fost de a manipula intensitatea conflictului oedipian la băieți și de a urmări apoi efectele acestei intervenții asupra performanțelor subiecților în sarcini competitive (Silverman, Ross, & Adler Lustig, 1978). Mesajele stimul selectate pentru a accentua sau diminua conflictul au fost următoarele: "Beating Dad Is Wrong" (BDW);(A-l bate pe tata este rău, greșit) și "Beating Dad Is OK" (BDO);(A-l bate pe tata este ok). Ca stimuli neutri, relativ la conflict, s-au folosit mesaje, precum: "The people are walking" (Oamenii se plimbă) (PAW). La acești stimuli au fost expuși un grup de studenți de sex masculin după ce ei au fost mai întâi angajați într-un joc de Darts (aruncarea la țintă). Performanțele subiecților în aruncare la țintă au fost sensibil afectate de stimulii subliminali. Astfel, în cazul băieților cărora li s-a prezentat mesajul "Beating Dad is OK" (BDO), performanțele au crescut semnificativ, față de situația în care au fost stimulați cu mesajul neutru, și au scăzut semnificativ la grupul ce a receptat mesajul "Beating Dad is Wrong" (BDW).

Scor la Darts	BDO	BDW	PAW
Media prestimulare	443.7	444.3	439
Media poststimulare	349	533.3	442.3

Aspectul cel mai incitant al acestei investigații îl reprezintă categoria subiecților investigați. Deși ipoteza de studiu a fost

enunțată în baza datelor colectate prin investigații clinice, ea a fost testată apelând la subiecți nonclinici, la care nu s-a putut identifica în prealabil nici unul dintre simptomele complexului Oedip, așa cum a fost el descris de către Freud. Ipoteza de start a fost următoarea "întrucât cei mai mulți dintre noi suntem vulnerabili, în grade diferite, la a dezvolta simptome nevrotice și, întrucât, în conformitate cu teoria psihanalitică, conflictul oedipian poate adesea juca un rol patogenetic central, tezele postulate în baza investigațiilor clinice pot fi extrapolate și la populația nonclinică a studenților". Date fiind dificultățile întâmpinate de cei ce au recurs la replicarea acestui studiu, considerăm necesară introducerea aici a două detalii procedurale importante. În primul rând, trebuie menționat că, în condițiile prezentării supraliminale a aceloraşi mesaje, efectele menționate anterior au întârziat să apară. Aceste diferențe ne sugerează faptul că efectele de activare psihodinamică operează mai degrabă la un nivel, subconștient decât la unul conștient. În al doilea rând, așa cum însiși autorii studiului ne avertizează, stimulii utilizați trebuie să fie cu necesitate relaționați cu stările motivaționale ale subiecților investigați, iar răspunsurile (performanțele) evaluate să fie sensibile la schimbările induse în stările motivaționale. Tocmai de aceea, în experimentul de mai sus, subiecții au fost mai întâi amorsați prin mesaje sau imagini cu conținut oedipian și abia apoi au fost antrenați în sarcini ce reclamau o conduită competitivă, deci angajament motivațional. În ciuda tuturor eforturilor corective, validitatea paradigmei activării psihodinamice a fost și rămâne o chestiune sensibilă și controversată (Opre, 2002; Miclea, 1997).

Pentru a elucida însă istoria complexului Oedip, va trebui să revenim la cazuistica psihanalitică primară. Celebrul studiu de caz "Micuțul Hans" a constituit piatra de temelie pentru ideile freudiene privind acest complex. Hans era un băiat în vârstă de cinci ani care se temea să iasă afară din casă din cauza unei fobii: o teamă exagerată că un cal se află afară și îl va lovi, dacă va ieși. Hans a dezvoltat această frică în urma unei experiențe neplăcute din copilărie. Într-o zi oarecare, un cal foarte mare căzuse în fața casei lor și, în ciuda tuturor eforturilor animalului de a se ridica, acesta nu a reușit. Hans a asistat neputincios și înfricoșat la acest eveniment care i s-a întipărit viu în memorie și care, în cele din urmă, a condus la dezvoltarea acestei fobii. În accepțiune freudiană, originea tuturor fobiilor o

reprezintă o anxietate inconştientă a cărei ţintă este diferită de cea a anxietăţii conştiente. Ca atare, şi în acest caz, el a considerat că, prin intermediul mecanismului defensiv al substituţiei, anxietatea lui Hans a fost redirecţionată de la sursa ei originală spre acel cal. Astfel, Freud a lansat ipoteza conform căreia Hans se temea, în realitate, că i se vor descoperi sentimentele sexuale centrate pe mama sa şi pornirile agresive către tatăl său. Pe baza unor date ce le-a obţinut din scrisorile pe care tatăl lui Hans i le-a trimis şi în care acesta îi descria biografia şi simptomele copilului, Freud a extras, concis, câteva observaţii:

a) Hans intenţionase să o cucerească pe mama sa, să-i poarte de grijă, asemeni tatălui său.
b) El a dezvoltat o anxietate de castrare, deoarece părinţii lui îl ameninţaseră că, dacă se mai joacă cu " cerceluşul", o să i-l taie. Hans a văzut apoi că sora lui nu are cerceluş de unde a tras concluzia că părinţii i l-au tăiat pedepsind-o.
c) Hans o dorise pe mama sa doar pentru sine şi devenise gelos pe tatăl său, deoarece era convins că mama îl va prefera pe tatăl, căci este mai mare, asemeni unui cal.
d) Într-o zi, din greşeală, Hans a lovit o statuetă ce reprezenta un cal şi a spart-o. Mai târziu, a văzut acel cal mare căzând în stradă şi a făcut de îndată legătura cu spargerea statuetei, considerând că acel eveniment releva tocmai dorinţa lui ca tatăl său să cadă în stradă şi să moară. Ca atare, calul nu era decât un substitut al tatălui său, iar Hans, pentru Freud, reprezenta un micuţ Oedip care dorise să-şi înlăture tatăl pentru a o putea obţine doar pentru el pe mama sa.

Trebuie, desigur, menţionat aici faptul că, cele mai multe date care au fundamentat teoria lui Freud privind complexul Oedip, le-a obţinut în mod indirect de la tatăl lui Hans. Acesta din urmă, agrease ideea lui Freud şi, ca atare, îşi formulase tendenţios întrebările adresate copilului, motiv pentru care există serioase critici la adresa validităţii interpretative a cazului şi, implicit, a conceptului de complex Oedip ce a emers din această analiză.

Teza anxietăţii de castrare se invalidează în cazul fetelor, astfel că Freud a explicat complexul lor oedipian în termeni diferiţi. Anna Freud, care a continuat munca tatălui său, a folosit pentru

paternurile comportamentale ale fetiţelor aflate în stadiul falic o altă sintagmă - *Complexul Electra*. Similar băieţilor, fetiţa formează mai întâi un puternic ataşament faţă de mamă, ca răspuns la purtarea ei plină de grijă. Fata este şi ea bisexuală, având atitudini ambivalente, dragoste şi gelozie pentru ambii părinţi. Descoperind că nu are penis, fetiţa va dezvolta intense sentimente de inferioritate şi gelozie faţă de băieţi, pentru că aceştia îl au – invidia penisului. Ea îşi intensifică ataşamentul pentru tatăl său, îşi priveşte mama ca pe o rivală şi dezvoltă o dorinţă inconştientă de a compensa presupusa sa deficienţă fizică, aşteptând în dar un băiat de la tatăl său, care "va aduce cu sine şi penisul dorit." Deoarece fata nu trăieşte, asemeni băiatului, ameninţarea vitală şi imediată a castrării, supraego-ul său este mai slab, ea are mari dificultăţi în sublimare şi, ca atare, are şanse mai mari să devină nevrotică. Freud a recunoscut dificultatea de a înţelege psihicul feminin şi, cu tristeţe, şi-a acceptat neputinţa de a răspunde la o întrebare esenţială: Ce îşi doreşte, de fapt, femeia?

El nu a avut însă îndoieli în ceea ce priveşte importanţa teoriei sale oedipiene. "Îndrăznesc să spun că, dacă psihanaliza nu s-ar putea mândri cu nici o altă achiziţie decât cu descoperirea complexului reprimat al lui Oedip, atunci fie şi aceasta singură o îndreptăţeşte să fie inclusă printre cele mai noi şi preţioase achiziţii ale omenirii." (Freud, 1940/1969).

Cu toate că simptomatologia descrisă de Freud şi-a găsit corespondenţa în câteva paternuri de interacţiuni familiale, universalitatea ei a fost în mod serios pusă sub semnul întrebării de către socio-psihanalişti. Spre finele stadiului falic, în jurul vârstei de 5 ani, conflictul se rezolvă, iar copiii realizează ceea ce Freud a numit identificarea cu părintele de acelaşi sex. Prin identificare, individul îşi impropriază calităţile unei alte persoane şi le integrează în propria funcţionare. Identificându-se cu părinţii, copiii îşi asumă cele mai multe dintre valorile şi normele acestora care îşi vor găsi locul potrivit în supraego-ul aflat în formare.

Demn de reţinut este faptul că în modelul psihanalitic primar se considera că toate aspectele semnificative ale personalităţii noastre

se dezvoltă în primele trei stadii - oral, anal şi falic. În ciuda faptului că Freud a acordat mai puţină atenţie acelor factori care se dezvoltă după rezolvarea conflictului oedipian, el nu a putut însă nega existenţa lor.

4. Stadiul de latenţă. Cel de-al patrulea stadiu al dezvoltării psihosexuale se remarcă prin absenţa unei zone erogene distincte. Aşa cum sugerează şi denumirea sa, avem de-a face cu o perioadă de tranziţie liniştită de la stadiile pregenitale la cele genitale, ce se întinde pe intervalul 6-12 ani. În fapt, perioada de latenţă nu este un stadiu psihosexual real şi poate fi în mare măsură sau chiar în întregime absent în unele cazuri. Instinctele libidinale, care în stadiile anterioare căutau variate modalităţi de exprimare, acum sunt sensibil reduse ca intensitate sau adâncite, prin represie, în străfundurile inconştientului. Alteori, ele sunt transformate prin sublimare şi redirecţionate de la ţintele instinctuale originare în direcţii care, din punct de vedere personal şi cultural, sunt mult mai acceptabile. Spre exemplu, un adolescent cu o fixaţie psihologică pe stadiul anal ar putea, în mod inconştient, deveni deosebit de interesat de sculptura în lut. Aceasta ar constitui, în concepţia lui Freud, un substitut acceptabil pentru plăcerea sa din stadiul anal de a defeca sau de a se juca cu propriile fecale. În mod similar, o persoană pe care o anxietează chiar şi numai ideea unui raport sexual intim ar putea afla satisfacţii personale cultural acceptate devenind fotograf profesionist la reviste precum *Playboy* sau *Playgirl*.

Critici, emise chiar de către descendenţa psihanalitică, demonstrează reticenţa acestora la teza freudiană conform căreia, în acest stadiu, impulsurile şi interesele sexuale se reduc dramatic. Ei argumentează, susţinând că această schimbare, probabil, se potriveşte doar copiilor victorieni (perioada şi cultura în care Freud şi-a elaborat teoria), dar nu şi altor copii. De asemenea, spun ei, este dificil să accepţi ideea că în această perioadă nu se produc noi dezvoltări în sensul modalităţilor prin care copiii îşi gratifică instinctele.

5. Stadiul genital. Stadiul final al dezvoltării este cel genital, numit şi stadiul maturităţii psihosexuale. Acesta debutează odată cu pubertatea, adică în jurul vârstei de 13 ani la băieţi, iar la fetiţe, în jur

de 11-12 ani. Se deosebeşte de stadiile anterioare prin tipurile de *cathesis* care îl acompaniază. (Cathesis = învestirea sau ataşarea libidoului personal fie unui obiect real din lumea externă, fie unei fantasme aparţinând lumii lăuntrice). Cathesis-urile pregenitale se caracterizează prin calitatea lor de a fi autocentrate (egocentrice), plăcerea maximă obţinându-se de la propriul corp; totalitatea relaţiilor cu părinţii, fraţii, prietenii poartă în nucleul lor sinele copilului. Prin contrast, cathesis-urile stadiului genital sunt direcţionate mai puţin egocentric, într-un mod evident altruist către exterior, către orice altceva decât sinele.

Aceste energii direcţionate extern sunt reprezentate de două ideale psihanalitice ale maturizării care reflectă funcţionarea normală a personalităţii: dragostea şi munca. Cathesis-urile din stadiile precedente nu dispar complet, dar ele vor fi recanalizate şi integrate, prin sublimare, cu cele specifice stadiului genital. Persoanele care au fost incapabile să realizeze ataşamente psihologice pe parcursul stadiilor anterioare vor dezvolta paternuri comportamentale anormale - imaturitate, devianţă sexuală, nevroze - după încheierea dezvoltării stadiale. În accepţiunea freudiană, parcurgerea cu succes a fiecărui stadiu şi rezolvarea conflictelor adiacente acestora constituie garanţia sănătăţii psihologice a individului.

Fixaţia şi tipologia caracterelor

Conform interpretării psihanalitice, natura umană este inerent malignă. Altfel spus, noi nu moştenim dorinţa de a ne schimba în mai bine, motiv pentru care părinţii şi educatorii trebuie să exercite o presiune susţinută asupra copilului încăpăţânat să reziste la schimbare. Ca urmare a acestor constrângeri externe, el va parcurge o serie de stadii evolutive. Această sarcină parentală şi educaţională este destul de dificilă şi greu de desăvârşit. În consecinţă, o anumită cantitate de libido va rămâne inevitabil ataşată de zonele erogene pregenitale şi se va regăsi în particularităţile comportamentale ale adultului de mai târziu. Tabelul 1.2.

condensează elementele definitorii ale fiecărui stadiu de dezvoltare, precum și caracteristicile de personalitate ale indivizilor al căror libido rămâne fixat în diverse stadii.

Tabelul 2.2. Stadiile psihosexuale de dezvoltare

Stadiul	Zona erogenă	Durata	Sursa de conflict	Caracteristici de personalitate
Oral	Gura, buzele, limba	0-18 luni	Hrănirea	Comportament oral, cum ar fi fumatul și alimentația excesivă; dependența de ceilalți
Anal	Anus	1-3 ani	Mersul la toaletă	Disciplinat, ordonat, zgârcit, încăpățânat
Uretral	Uretra	Nu este distinct de stadiul anal	Micțiuni în pat	Ambițios
Falic	Penis și clitoris	2-5 ani	Complexul lui Oedip	Vanitos, nesăbuit
Genital	Penis și vagin	Adult	Dificultățile inevitabile ale vieții	Interes sincer pentru ceilalți, sublimare efectivă

Atâta timp cât cea mai mare parte a libido-ului atinge stadiul genital, consecințele negative sunt relativ reduse, deoarece în aceste condiții există suficientă energie psihică pentru a se forma un cathesis heterosexual adecvat. În schimb, dacă în stadiile pregenitale au loc evenimente traumatice precum respingerea de către părinți, încercări nereușite de a câștiga sau presiuni mari și premature de a introduce regulile de comportament la toaletă, atunci o cantitate excesivă de libido se va fixa în acel stadiu. În replică, copilul va respinge dezvoltarea și va cere satisfacții ce i-au fost refuzate în stadiile precedente. Fixația excesivă poate fi determinată și de o indulgență exagerată, cum ar fi permisivitatea părinților față de copilul care își suge constant degetul.

Îngăduința pentru această plăcere este indezirabilă, deoarece abandonarea ei mai târziu va implica o rezistență considerabilă din partea copilului. Astfel, părinții trebuie să fie atenți să nu permită nici prea multă, nici prea puțină satisfacție (plăcere) în timpul stadiilor pregenitale. Fixația poate diminua libidoul destinat maturizării heterosexuale, ceea ce va putea conduce la serioase tulburări psihologice. Desigur, este posibil ca o personalitate să fie marcată de caracteristici ale unui stadiu pregenital, fără însă ca acestea să fie considerate patologice.

Caracteristici orale. Stadiul oral implică prin definiție, o ingerare pasivă de alimente, astfel încât fixația unui libido excesiv în acest stadiu va determina foarte probabil o dependență crescută față de alte persoane. Individul oral se va dovedi naiv în relațiile sale sociale și va căuta plăcerea în fumat sau alimentație excesivă. Este foarte probabil, de asemenea, ca mecanismele sale defensive să îl conducă la independență sau suspiciune exagerată.

Caracteristici anale. Trei trăsături de personalitate pot rezulta din fixația excesivă a libidoului în acest stadiu: ordinea excesivă, zgârcenia și încăpățânarea (Freud, 1908). Utilizând termeni bipolari de descriere, caracteristicile anale includ: ordine-dezordine; zgârcenie-generozitate și încăpățânare-supunere (resemnare). Încăpățânarea este legată de revolta față de formarea deprinderii de a merge la toaletă și față de efortul de a-și controla sfincterele. Ordinea, în schimb, se relaționează cu obsesia curățeniei de după defecație.

Alte caracteristici. Fixația în stadiul *uretral* este legată de ambiție, care reprezintă o reacție împotriva rușinii de a urina în pat. Caracteristicile fixației *falice* depind de modul în care complexul lui Oedip este rezolvat. Termenul de fixație nu se aplică perioadei latente, care nu este un stadiu psihosexual real, și căruia îi revine sublimarea efectivă și maturizarea sexuală.

Regresia. Aşa cum am văzut şi în subcapitolul 1.1.2, mecanismul defensiv al regresiei implică întoarcerea la un comportament care este tipic unei perioade timpurii şi sigure din viaţa cuiva. Mai exact, regresia presupune revărsarea libidoului spre un stadiu psihosexual timpuriu sau către un obiect după care a tânjit din momentul când i-a fost retras. Spre exemplu, un copil aflat în stadiul falic poate regresa la sugerea degetului sau la micţiunea în pat, odată cu naşterea unui frăţior sau a unei surioare. În aceste condiţii, o mare cantitate de libido se va întoarce la cathesis-ul zonei orale sau uretrale, motivul fiind apariţia acestui rival care îi ameninţă atenţia acordată până acum de către părinţi doar lui. În mod similar, un adult sau un adolescent, într-un moment de stres excesiv se poate încăpăţâna asemeni unui copil, deoarece regresează în stadiul anal. Cele mai probabile subiecte ale regresiei sunt cele care au fost puternic fixate, cum e cazul copilului care regresează la suptul degetului, pentru că el a alocat acestui comportament foarte mult timp pe durata stadiului oral.

Interpretarea viselor

Teoria psihanalitică întâmpină o formidabilă dificultate: cea mai importantă componentă a personalităţii, inconştientul, este şi cel mai greu accesibilă. În timpul somnului, însă, ego-ul îşi relaxează mecanismele defensive şi permite materialului reprimat să iasă la iveală. Impulsurile id-ului, care au fost blocate în timpul orelor de veghe, găsesc acum gratificare în experienţele onirice. Ego-ul recunoaşte că un vis prea ameninţător va determina trezirea prematură a individului, ca atare el va cenzura materialul reprimat în variate moduri şi va limita id-ul la o parţială împlinire. Compromisul rezultat între căutarea plăcerii de către id şi menţinerea somnului de către ego se va regăsi în particularităţile experienţei onirice. În acord cu principiul determinismului psihic, nici un vis nu este accidental sau trivial. Dar, pentru a decripta adevărata sa semnificaţie, este necesar să descifrezi deghizările impuse de ego şi să relevi gândurile inconştiente care se află dedesubt (*interpretarea visului*). Aceasta nu este o sarcină tocmai uşoară, deoarece, pe de o parte, limbajul visurilor este unul neobişnuit, iar pe de altă parte, pentru că represia

revine de îndată ce te-ai trezit. Analizând sute de visuri (inclusiv pe ale lui), Freud a ajuns la concluzia că "interpretarea visurilor este calea regală spre a cunoaşte activitatea inconştientă a minţii".

Conţinutul latent şi manifest. Acea parte a visului pe care ţi-o aminteşti când te trezeşti este numită *conţinut manifest.* Impulsurile, gândurile, emoţiile, conflictele şi amintirile inconştiente ce se ascund în spatele faţadei, adică a conţinutului manifest, sunt cunoscute sub denumirea de *"conţinut latent"*.

Dream–work este procesul care transformă gândurile latente în conţinut manifest. Dream-work-ul poate schimba ideaţia oedipiană, metamorfozând-o în cel mai puţin ameninţător conţinut manifest. Spre exemplu, visătorul se poate bucura de o relaţie romantică cu o persoană atractivă străină, învingând prin luptă un rival la afecţiunea ei. Dacă ego-ul decide că tăinuirea este absolut necesară (spre exemplu, în condiţiile în care complexul Oedip nu a fost încă rezolvat), atunci dream-work-ul poate transforma dragostea în furie şi poate schimba sexul (sau chiar specia) obiectului romantic. În asemenea situaţii, în conţinutul manifest îl vom regăsi pe visător luptând cu o persoană de acelaşi sex. Sau, construcţia visului poate atribui impulsul romantic sau agresiv altcuiva în vis. Dacă aceste posibilităţi sunt încă prea ameninţătoare, conţinutul manifest poate reflecta doar un vag plan de a întâlni o persoană nespecificată pentru un scop necunoscut.

Limbajul visurilor. Visurile sunt exprimate prioritar în *simboluri.* Simbolurile sunt o prezenţă ubicuă, populând nu doar visurile noastre, ci şi legendele, miturile, basmele, marile opere literare. Un străin prezent în conţinutul manifest al visului poate reprezenta un părinte, soţ sau chiar pe visător. Freud atribuie semnificaţii sexuale tuturor simbolurilor onirice. Organul sexual masculin este reprezentat de obiecte lungi şi puternice (cuţite, umbrele, baston, puşcă, cravată, plug), iar cel feminin este simbolizat prin recipiente sau spaţii (sticle, camere, dulap, peşteri). Scările, a urca sau a coborî, a fi grăbit sunt substitute ale relaţiei sexuale, în timp ce decapitarea sau pierderea unui dinte sugerează castrarea.

Interpretarea visurilor necesită mai mult decât o simplă listă de simboluri şi semnificaţiile lor. Unele simboluri sunt utilizate într-un mod particular, cunoscut doar de visător, unele reprezintă o condensare complicată a unei idei, iar altele sugerează exact opusul acesteia (ex. dragostea oedipiană devine ură). Există situaţii când obiectele prezente în vis îşi păstrează funcţia intrinsecă, nesimbolizând nimic. Conţinutul latent poate apărea la începutul conţinutului manifest sau viceversa (id-ul nu are sensul timpului sau al contradicţiei). Tehnica asociaţiilor libere reprezintă procedeul cel mai frecvent utilizat pentru a releva gândurile ascunse ale visătorului. Din cauza acestei complexităţi şi a faptului că asociaţiile libere ale visătorului se pot bloca, pe măsură ce acesta se apropie de materialul ameninţător, nu orice vis poate fi interpretat.

Glosar

Anticathesis – o cantitate de energie psihică folosită de Ego pentru a se opune unui cathesis periculos sau imoral.

Anxietate – o emoţie foarte neplăcută similară cu o stare de nervozitate foarte mare. În teoria lui Freud anxietatea este identificată prin sursa sa. *Anxietatea realistică* este cauzată de pericolele din lumea externă, *anxietatea neurotică* presupune o preocupare faţă de răul care poate rezulta dacă nu se renunţă la un impuls ilicit al Id-ului, iar *anxietatea morală* este cauzată de acte sau dorinţe care violează standardele Supraeului.

Anxietate de castrare – teama băiatului că organul său sexual va fi îndepărtat, fapt care reprezintă / constituie şi o pedeapsă pentru dorinţele sale Oedip-ale.

Apărare perceptuală – filtraj selectiv, în momentul primirii informaţiei, al unor stimuli având pentru subiect o valoare negativă, în aşa fel încât percepţia şi identificarea lor conştientă să fie mai dificilă.

Arousal – stare de activare neurofiziologică

Asociaţie liberă – a spune orice îţi vine în minte indiferent de cât de stupid sau jenant ar putea să pară. "Regula fundamentală" a terapiei psihoanalitice, folosită pentru a face conştient materialul inconştient.

Cathesis – cantitatea de energie psihică (libido) care este investită în reprezentarea obiectelor dorite. Cu cât este mai mare cantitatea de libido, cu atât este mai mare cathesis-ul şi cu atât mai mult este dorit obiectul.

Complexul lui Oedip – sentimente puternice de iubire pentru părintele de sex opus şi gelozie ostilă faţă de părintele de acelaşi sex, dar în acelaşi timp şi cu puternice sentimente de iubire pentru părintele de acelaşi sex şi gelozie ostilă faţă de părintele de sex opus. În general primul set de atitudini este mai puternic, dar nu întotdeauna.

Conflict intrapsihic – o ruptură sau o spărtură care are loc în personalitatea unui individ, deseori inconştient. Teoreticienii care folosesc modele structurale descriu conflictele intrapsihice ca având loc între diferitele părţi ale personalităţii. Teoreticienii care resping modelele structurale consideră că aceste conflicte intrapsihice au loc între dorinţe, convingeri şi motive competitive.

Conştient – desemnează unul dintre cele trei sisteme ale aparatului psihic. Orice operaţie mentală şi reprezentare de care subiectul este conştient la un moment dat.

Conţinut manifest – partea visului pe care persoana şi-o aminteşte, sau poate să şi-o amintească când este treaz.

Dream-Work – procesul inconştient de convertire a conţinutului latent al visului în conţinut manifest.

Drive – (1) în teoria lui Freud este un sinonim pentru instinct; mai exact drive-ul include atât instincul cât şi energia ataşată acestuia (2) o condiţie internă care împinge un organism să se comporte într-un anumit fel.

Ego – unul dintre cele trei elemente ale modelului structural al personalităţii; termenul se referă la imaginea sinelui.

Eros – un sinonim pentru instinct sexual.

Eu, non-Eu – în structura aparatului psihic, grup de motivaţii şi acţiuni care au drept funcţie adaptarea organismului la realitate, controlul accesului stimulărilor la conştiinţă şi la motricitate.

Fixaţie – are loc când libido-ul rămâne ataşat de un stadiu psihosexual pregenital, în loc să treacă la următorul stadiu.

Formarea reacției – reprimarea convingerilor, emoțiilor și impulsurilor amenințătoare și înlocuirea inconștientă a acestora cu opusul lor; un mecanism de apărare.

Frustrare – condiție a unui organism care întâlnește un obstacol care stă în calea satisfacerii unei trebuințe.

Id – termen utilizat pentru a denumi totalitatea trebuințelor biologice; zona instinctuală pulsională a personalității dominată de principiul plăcerii. Componenta personalității care este prezentă la naștere, este în întregime inconștientă, folosește procese primare irațională și imorale, și necesită gratificare instantanee.

Inconștient – orice operație / reprezentare mentală inaccesibilă conștiinței subiectului.

Instinct – o forță motivațională înnăscută, care reflectă o nevoie biologică. În teoria lui Freud există două tipuri de instincte: sexuale și distructive (agresive).

Intelectualizare – separarea inconștientă a emoțiilor amenințătoare de gândurile și evenimentele asociate și reacționarea doar la nivel intelectual; un mecanism defensiv. Cunoscut și ca *izolare*.

Interpretare – interpretarea pe care o dă psihanalistul adevăratului sens al asociațiilor libere, rezistențelor, viselor și altor comportamente ale pacientului.

Interpretarea viselor – încercarea de a deduce adevăratul sens al viselor. În teoria lui Freud, încercarea de a revela conținutul latent care este ascuns de către conținutul manifest.

Izolare – sinonim pentru intelectualizare.

Libido – energia psihică asociată cu instinctul sexual; uneori termenul este folosit pentru a se referi atât la energia sexuală cât și la cea distructivă.

Mecanism defensiv – o procedură pe care o folosim, de obicei inconștient, pentru a ne ascunde adevărurile dureroase de propria persoană, acesta acționează spontan și urmărește diminuarea tensiunii provocate de teamă, angoasă și neliniște.

Model structural – o teorie care descrie și explică personalitatea în termeni de Id, Ego și Supraego.

Model topografic – o teorie care explică personalitatea în termeni de conștient, preconștient și inconștient.

Narcisism – iubirea de sine; investirea cu libido a reprezentării mentale a propriei persoane.

Nevroze – tulburare mintală minoră care nu atinge funcțiile esențiale ale personalității și de care persoana este conștientă în parte.

Obiect – orice va satisface un impuls instinctual; poate fi un obiect neînsuflețit sau o persoană.

Preconștient – partea psihicului care include materialul de care individul nu este conștient la un moment dat, dar poate fi ușor adus în câmpul conștienței.

Principiul plăcerii – principul care guvernează funcționarea id-ului și care, conform teoriei freudine, stă la baza întregului comportament uman; se concretizează prin comportamnetele de căutare a plăcerii și cele de evitare a durerii.

Principiul realității – ordonează funcționarea ego-ului și se concretizează prin întârzierea descărcării tensiunii psihice până în momentul în care se găsește un obiect potrivit.

Proces primar – modul de gândire haotic și irațional, reprezentativ pentru id.

Proces secundar – modul de gândire logic, auto-perseverativ, orientat spre rezolvarea de probleme, reprezentativ pentru Ego.

Proiecție – un mecanism de apărare, prin care subiectul recurge la atribuirea inconștientă a propriilor impulsuri, emoții și convingeri amenințătoare altor persoane sau lucruri.

Psihoze – boală psihică ce se manifestă prin grave tulburări ale afectivității, gândirii sau comportamentului, de care bolnavul nu este conștient și care necesită izolarea acestuia de mediul social normal.

Pulsiuni – puseu exercitat de somatic, dar impus şi aparatului psihic. Este vorba de un puseu care împinge spre o acţiune. Pulsiunea are o sursă, un scop care induce satisfacţia şi descărcarea de energie investită, precum şi un obiect în raport cu care scopul poate fi atins.

Raţionalizare – a folosi şi a crede în explicaţii plauzibile superficiale cu scopul de a justifica un comportament ilicit şi de a reduce sentimentele de vinovăţie; un mecanism de apărare.

Regresie – (1) un mecanism de apărare prin care persoana adoptă inconştient un comportament tipic pentru o perioadă anterioară mai sigură din viaţa sa. (2) transferul revers al libidoului într-un stadiu psihosexual anterior.

Represie – eliminarea inconştientă a materialului ameninţător din câmpul conştienţei şi utilizarea anticathesis-ului pentru a preveni revenirea acestuia în conştient; un mecanism de apărare folosit de ego.

Rezistenţă – încercarea inconştientă a pacientului de a anula / dejuca scopul terapiei psihanalitice şi de a păstra dorinţele ilicite ale id-ului.

Simbol – o entitate, de obicei sub formă de imagine, care transmite un înţeles care nu este imediat aparent; limbajul în care se realizează visele. În teoria lui Freud, cele mai multe simboluri au o semnificaţie sexuală.

Stadiu anal – al doilea stadiu psihosexual care apare la 1-3 ani şi presupune anusul ca fiind principala zonă erogenă.

Stadiu falic – al patrulea stadiu psihosexual, care are loc între 2-5 ani, presupune că principalele zone erogene sunt penisul şi clitorisul şi prefigurează apariţia complexului lui Oedip. Este privit ca şi al treilea stadiu psihosexual de către cei care diminuează importanţe stadiului uretral.

Stadiu genital – ultimul stadiu psihosexual, la care se ajunge la vârsta adultă, şi care presupune că penisul şi vaginul sunt zonele erogene primare şi reprezintă scopul dezvoltării personalităţii sănătoase.

Stadiu oral – primul stadiu psihosexual, care apare între 0-18 luni şi în care principalele zone erogene sunt gura, buzele şi limba.

Stadiu uretral – al treilea stadiu psihosexual care apare aproximativ în aceeaşi perioadă cu stadiul anal şi care presupune că uretra este principala zonă erogenă. Nu este clar distins de stadiul anal, prin urmare fiind uneori omis din modelul lui Freud.

Stagiu psihosexual – o serie de perioade de dezvoltare, fiecare fiind caracterizat de o anumită zonă erogenă, care este sursa primară de conflict şi plăcere.

Sublimare – transformarea inconştientă a impulsurilor instinctuale ilicite în comportamente acceptate social. O formă de înlocuire, dar care reprezintă comportamentul ideal; prin urmare nu este un mecanism de apărare deoarece nu poate fi folosit în exces.

Supra-ego – componenta personalităţii care este parţial conştientă şi parţial inconştientă, rezultată din interiorizarea standardelor părinţilor şi rezolvarea complexului lui Oedip şi care include standarde referitoare la ce este bine şi ce este rău.

Tehnica asociaţiilor libere – în interpretarea viselor pacientul trebuie să facă asociaţii libere în legătură cu fiecare element al visului.

Transfer – un transfer inconştient al emoţiei sau comportamentului pacientului de la o altă persoană (cum ar fi un părinte) la psihanalist.

Zonă erogenă – o zonă a corpului care poate produce gratificare erotică când este stimulată.

Capitolul 3

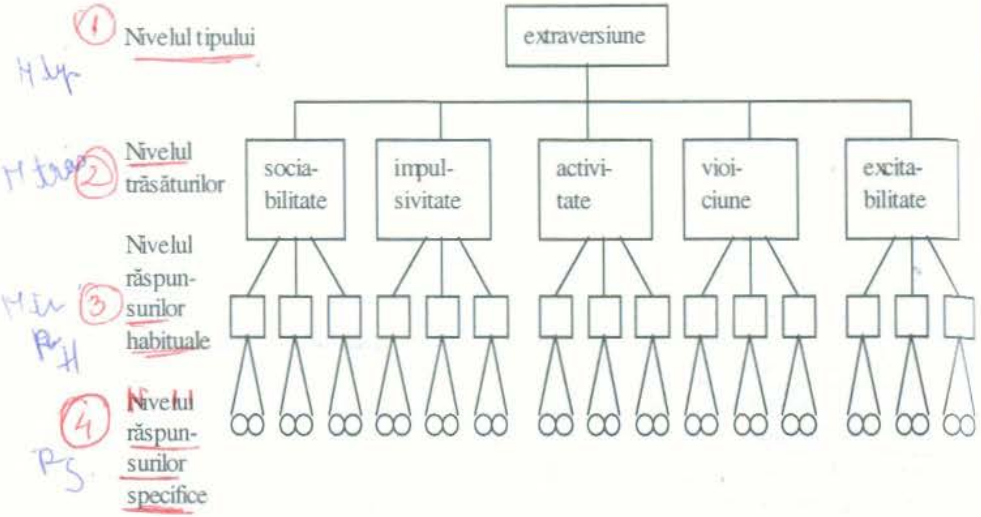
TEORIA TRĂSĂTURILOR DE PERSONALITATE

În acest capitol vom trece în revistă teorii şi programe de cercetare care încearcă să identifice dimensiunile de bază ale personalităţii. Unitatea conceptuală de bază este **trăsătura** - o dispoziţie generală de a te comporta într-un anumit fel. Cei mai mulţi dintre teoreticienii trăsăturilor utilizează o procedură statistică particulară, analiza factorială, pentru a determina trăsăturile de bază ale personalităţii umane. Abordarea din perspectiva trăsăturilor este foarte populară în psihologia americană şi se apropie sensibil de descrierea personalităţii în termenii simţului comun.

Asumpţia centrală a teoriei trăsăturilor este aceea că oamenii dispun de predispoziţii generale, numite trăsături, de a răspunde într-un anumit fel. Adică, oamenii pot fi descrişi în termeni de probabilitate de a se comporta într-un anumit mod - de exemplu, probabilitatea de a fi extravertit şi prietenos sau dominant şi asertiv. Persoanele care au tendinţa evidentă de a răspunde în acest fel obţin scoruri înalte la trăsăturile extraversiune şi dominanţă, iar cei cu tendinţa scăzută de a răspunde astfel vor avea un scor mic la aceste trăsături. Cu toate că teoreticienii acestei perspective au viziuni diferite în ceea ce priveşte modalitatea de determinare a trăsăturilor, cu toţii sunt însă de acord cu faptul că trăsăturile constituie "cărămizile" fundamentale ale personalităţii umane.

De asemenea, toţi reprezentanţii acestei orientări sunt de acord asupra faptului că atât comportamentul uman, cât şi, implicit, personalitatea au o structură ierarhică. Un exemplu în acest sens ne este oferit de modelul lui Eysenck.

Eynsenck sugerează că, la nivelul cel mai simplu, comportamentul poate fi gândit în termeni de răspunsuri specifice. Unele din aceste răspunsuri sunt conectate cu altele, regăsindu-se împreună în obişnuinţe, acestea având un grad mai înalt de generalitate. De asemenea, putem observa că anumite grupuri de obişnuinţe apar



împreună şi formează trăsături. De exemplu, persoanele care preferă compania socială în detrimentul lecturii se simt foarte bine la petreceri, fapt ce ne permite să grupăm aceste două obiceiuri sub umbrela unei trăsături unice: sociabilitate. În sfârşit, la un nivel şi mai înalt de organizare, diferitele trăsături tind să se unească şi să formeze ceea ce Eysenck numeşte tipuri. În ce mod putem identifica aceste trăsături şi cum vom stabili organizarea ierarhică a personalităţii vom afla din cele expuse mai jos. Ceea ce trebuie reţinut este tocmai conceptualizarea personalităţii ca o structură organizată multinivelar.

În cele ce urmează ne vom familiariza pe rând cu modelele explicative ale principalilor reprezentanţi ai teoriei trăsăturilor.

3.1. PERSPECTIVA LUI GORDON W. ALLPORT (1897-1967)

De-a lungul întregii sale cariere, Allport a atras mereu atenţia asupra caracterului sănătos şi organizat al comportamentului uman. Teoria sa este într-o evidentă opoziţie cu alte abordări, îndeosebi cu cea psihanalitică care supralicitează aspectele animalice, nevrotice ale

comportamentului, ca expresie a unei permanente căutări de reducere a unor tensiuni.

Prima sa lucrare a fost scrisă împreună cu fratele său, Floyd, şi era centrată pe trăsăturile de personalitate percepute ca aspecte deosebit de importante ale oricărei teoretizări ale persoanei (Allport & Allport, 1921). Allport credea că trăsăturile sunt unităţile de bază ale personalităţii. Conform teoriei sale, trăsăturile au existenţă reală şi chiar fundamentare neurobiologică. Ele reprezintă acele dispoziţii generale ale persoanei care sunt responsabile de consistenţa comportamentelor sale în diferite situaţii. Aceste trăsături pot fi definite prin 3 proprietăţi: frecvenţă, intensitate şi gama situaţiilor în care se relevă. De exemplu, o persoană obedientă îşi va etala submisivitatea într-o mare varietate de contexte sociale.

3.1.1. Tipuri de trăsături

Allport realizează o distincţie importantă între trei tipuri de trăsături: trăsăturile cardinale, trăsăturile centrale şi dispoziţiile secundare. O trăsătură cardinală exprimă o dispoziţie atât de pătrunzătoare şi importantă în viaţa unei persoane, încât i se poate vedea amprenta în fiecare act al acesteia. În general, oamenii au puţine astfel de trăsături (spre exemplu, persoană machiavelică, sadică, autoritară etc.).

Trăsăturile centrale (cum ar fi onestitatea, blândeţea, asertivitatea) exprimă dispoziţii care acoperă o gamă mai restrânsă de situaţii decât cele cardinale. Trăsăturile secundare reprezintă dispoziţiile cel mai puţin proeminente, generalizate şi consistente. Cu alte cuvinte, oamenii dispun de trăsături cu diferite grade de semnificaţie şi generalitate.

Allport nu a pretins, însă, că o trăsătură este exprimată în toate situaţiile, independent de caracteristicile acestora. Dimpotrivă, el a recunoscut importanţa situaţiei în explicarea diferenţelor de comportament. Spre exemplu, el era de acord că până şi cel mai agresiv individ îşi poate modifica comportamentul dacă contextul favorizează

conduitele nonagresive. O trăsătură exprimă ceea ce face persoana în general, în multe situații, și nu ceea ce va face în orice situație. În concepția lui Allport, atât trăsătura, cât și situația sunt necesare pentru a înțelege comportamentul. Conceptul de trăsătură este necesar pentru a explica consistența comportamentului, în timp ce recunoașterea importanței situației este reclamată atunci când dorim să explicăm variabilitatea comportamentului.

3.1.2. Autonomia funcțională

Allport a pus accent și pe conceptul de autonomie funcțională. Aceasta sugerează faptul că, deși motivele unui adult pot să-și aibă rădăcinile în trebuințele de reducere a tensiunii copilului din el, adultul le depășește și devine independent de aceste motive originare. Ceea ce a debutat ca efort de reducere a foamei sau anxietății poate deveni o sursă de plăcere și motivație independentă. Chiar dacă efortul intens și succesul pot fi motivate inițial de dorința de a fi apreciat de părinți, acestea pot deveni scopuri în sine, urmărite independent de întăririle celorlalți.

Așadar, ceea ce a fost odată extern și instrumental devine intern și impulsionant. Activitatea a servit cândva unui motiv sau unei simple trebuințe; acum servește sieși sau, în sens mai larg, servește conservării imaginii de sine sau ascensiunii către sinele ideal.

3.1.3. Cercetarea idiografică

Allport rămâne cunoscut și pentru accentul pus pe unicitatea individului. El insistă asupra necesității și utilității cercetării idiografice, adică a studiului în profunzime a individului într-o firească armonie cu cel nomotetic, pentru a putea astfel să învățăm cât mai multe despre oameni. Pe de-o parte, acest tip de cercetare implică utilizarea de materiale unice pentru fiecare individ. Spre exemplu, Allport a publicat 172 de scrisori aparținând unei femei, material ce a servit ca premisă pentru descripția clinică a personalității acesteia. Pe de altă parte, demersul idiografic presupune utilizarea acelorași măsurători pentru toți

indivizii, dar comparațiile se fac între scorurile obținute la diferite scale de același individ, și nu între indivizi diferiți. Acest tip de abordare duce la evidențierea paternului și organizării trăsăturilor unei persoane, și nu la compararea acesteia cu alte persoane în virtutea unei trăsături date.

Accentul pus de Allport asupra unicității individului l-a condus la concluzia că există trăsături unice pentru fiecare individ care însă scapă demersului științific. Paradigma idiografică propusă de Allport a câștigat relativ repede popularitate, dar în același timp a stârnit și vii controverse, deoarece tezele sale conduceau la ideea imposibilității unei abordări științifice a personalității

3.1.4. Comentarii

Lucrarea "Personalitatea: o interpretare psihologică", pe care Allport a publicat-o în 1937, a fost pentru mai bine de 25 de ani considerată text fundamental în domeniu. Cu toate că ulterior ea a stârnit serioase critici, opiniile sale se dovedesc a fi de o reală utilitate chiar și astăzi. De exemplu, el a sugerat că un comportament exprimă acțiunea mai multor trăsături, că pot exista dispoziții conflictuale în interiorul persoanei și că trăsăturile se exprimă și în selecția situațiilor pe care o face individul, și nu doar prin specificitatea răspunsurilor sale la situații. În ciuda faptului că a insistat pe conceptul de trăsătură și a încercat să evidențieze relația ei cu situațiile, din păcate a oferit prea puține date experimentale pentru a confirma existența și utilitatea trăsăturilor situațional specifice. De asemenea, deși credea că multe trăsături sunt ereditare, nu a realizat nici un studiu pentru a dovedi acest lucru.

3.2. PERSPECTIVA LUI HANS J. EYSENCK (1916-2000)

3.2.1. Analiza factorială

Perspectiva teoretică și practică a lui Eysenck a fost influențată de: evoluția metodologică a tehnicilor statistice prin analiza factorială,

gândirea tipologiştilor europeni (Jung şi Kretschmer), studiile privind ereditatea realizate de Sir Cyril Burt, experimentele lui Pavlov privind condiţionarea clasică şi teoria învăţării propusă de Clark Hull.

Eysenck a pus un accent foarte mare pe claritate conceptuală şi pe măsurare. Din acest motiv, el este considerat unul dintre cei mai aspri critici ai teoriei psihanalitice. El a atras atenţia asupra necesităţii de a dezvolta tehnici adecvate de măsurare a trăsăturilor şi de a propune o teorie uşor testabilă şi deschisă la critici, precum şi asupra importanţei stabilirii fundamentelor biologice ale fiecărei trăsături. Prin acestea, s-ar evita caracterul circular al explicaţiilor, adică invocarea trăsăturii ca justificare a unui comportament care, în fapt, a stat la baza conceptualizării ei. Spre exemplu, conform teoriei trăsăturilor, noi afirmăm că o persoană oarecare – Vasile - discută mult cu alţi indivizi, deoarece are scoruri înalte la trăsătura sociabilitate. În acelaşi timp însă, noi ştim că aceste scoruri le-a obţinut tocmai pentru că am observat că el petrece mult timp discutând cu alţii.

În spatele preocupărilor sale privind măsurarea şi elaborarea unei ierarhii a trăsăturilor stă o metodă statistică - analiza factorială. Aceasta este o tehnică care debutează prin aplicarea unui mare număr de probe (teste) unei populaţii largi de indivizi. Întrebarea care se ridică este: "La care dintre itemii acestor probe toţi indivizii vor răspunde similar?" Conform teoriei trăsăturilor, există structuri naturale în personalitate, iar analiza factorială ne permite să le detectăm: Dacă răspunsurile la mai multe probe/teste evoluează împreună, adică dacă apar şi dispar împreună, se poate conchide că ele se fondează pe trăsături comune, adică aparţin aceleiaşi unităţi funcţionale a personalităţii. Analiza factorială presupune că acele comportamente care evoluează împreună sunt relaţionate şi au în spatele lor trăsături comune.

Procesul de analiză descris conduce la factori, în acest caz la trăsături, etichetate prin termenii acelei caracteristici ce pare comună tuturor itemilor sau comportamentelor aflate în relaţie unul cu celălalt. Prin intermediul unor proceduri statistice suplimentare, Eysenck determină dimensiunile ce stau la baza acestor trăsături. Aceste

dimensiuni bazale sunt numite de către Eysenck tipuri. Spre exemplu, trăsături precum sociabilitatea, impulsivitatea, excitabilitatea şi dinamismul pot fi grupate împreună sub conceptul (tipul) de extraversiune. Termenul de tip desemnează o dimensiune cu două valori extreme, delimitând un continuum de-a lungul căruia persoanele, prin particularităţile lor, ocupă diverse poziţii.

3.2.2. Dimensiunile bazale ale personalităţii

În virtutea primelor investigaţii, Eysenck identifică 2 dimensiuni fundamentale ale personalităţii pe care le numeşte introversiune-extraversiune şi, respectiv, neuroticism (stabil-instabil). Ulterior, el a adăugat acestora o a treia dimensiune, psihoticismul. Indivizii cu scor mare la această ultimă dimensiune tind să fie solitari, insensibili, nepăsători faţă de nevoile celorlalţi şi refractari la regulile sociale. Într-un studiu din 1986, Eysenck menţiona faptul că deţine suficiente date care să probeze existenţa reală a acestor trei dimensiuni. Ele au fost confirmate şi de studiile interculturale şi, în plus, există mărturii privind caracterul lor parţial înnăscut.

O mai bună înţelegere a sistemului teoretic al lui Eysenck o putem obţine dacă recurgem la o mai atentă analiză a uneia dintre aceste trei dimensiuni: extraversiune-introversiune. Eysenck consideră extravertitul tipic ca fiind sociabil, petrecăreţ, prietenos, căutând senzaţionalul, reacţionând spontan şi impulsiv. Se poate uşor observa că în această descripţie apar două caracteristici, sociabilitate şi impulsivitate, care par a fi destul de deosebite, dar pentru care se pot identifica suficiente elemente comune pentru a le reuni sub umbrela aceluiaşi concept, cel de extraversiune. În opoziţie cu aceste caracteristici, introvertul tinde să fie tăcut, rezervat, meditativ, neîncrezător în decizii impulsive şi preferând o viaţă bine ordonată, în detrimentul uneia plină de riscuri.

Modalități de evaluare a celor trei dimensiuni

Eysenck a elaborat două chestionare pentru a măsura dimensiunea introversiune-extraversiune: Inventarul de Personalitate Maudsley și Inventarul de Personalitate Eysenck.

Extravertul tipic va răspunde cu DA la întrebări de tipul: „Oamenii vă consideră foarte vioi?" „Preferați senzaționalul?" „Suferiți dacă nu vă întâlniți o vreme cu prietenii?" Prin contrast, introvertul tipic va răspunde DA la întrebările: „Preferați să citiți decât să întâlniți oameni?" „Sunteți mai mult tăcut în colectivul de muncă?".

În afara acestor evaluări subiective, au fost elaborate o serie de probe cu o notă evidentă de obiectivitate. De exemplu, "testul picăturii de lămâie" poate fi utilizat pentru a distinge introverții de extraverți. În acest test, se pune o cantitate standard de suc de lămâie pe limba subiectului. Introverții și extraverții diferă după cantitatea de salivă secretată, extraverții secretând mai mult.

O serie de investigații experimentale au relevat diferențe comportamentale evidente între extraverți și introverți:

- Introverții sunt mai sensibili la durere.
- Introverții obosesc mai repede.
- Excitația scade performanța introverților și o mărește în cazul extraverților.
- Introverții tind să fie mai circumspecți, dar sunt totodată mai lenți decât extraverții.
- Introverții au performanțe academice superioare extraverților, mai cu seamă dacă dificultatea subiectelor tratate este ridicată. Studenții care se retrag din motive academice tind să fie extraverți, iar cei care se retrag din motive psihiatrice tind să fie introverți.
- Extraverții preferă profesiuni care presupun interacțiuni cu ceilalți oameni, în timp ce introverții le preferă pe cele solitare.
- Extraverții "gustă" umorul agresiv și cu conotații sexuale, în timp ce introverții preferă formele intelectuale, mai rafinate de umor.

- Extraverții sunt mai activi sexual decât introverții, în sensul frecvenței relațiilor și a varietății paternurilor comportamentale.
- Extraverții sunt mai sugestionabili decât introverții.

În aceeași ordine de idei, considerăm nimerit să amintim aici rezultatele unor investigații experimentale care au urmărit să evidențieze dacă diferențele interindividuale pe dimensiunea introvert-extravert sunt asociate cu preferințe diferite pentru locul și maniera de studiu. În conformitate cu teoria lui Eysenck referitoare la diferențele interindividuale, rezultatele au demonstrat că: 1. extraverții, mult mai frecvent decât introverții, optează pentru studiul în biblioteci, deoarece acesta le gratifică mai adecvat nevoia de stimulare; 2. extraverții fac mai multe pauze de studiu decât introverții; 3. extraverții își declină preferința pentru medii mai zgomotoase (eventual fond muzical) în vederea studiului, în timp ce introverții le evită.

Fundamentare biologică

Eysenck sugerează faptul că variațiile individuale privind introversiunea-extraversiunea reflectă diferențe în funcționarea neurofiziologică. Introverții sunt mai ușor activați de evenimente și asimilează interdicțiile sociale mai ușor decât extraverții. În consecință, ei sunt mai reținuți și mai inhibați. De asemenea, introverții sunt mai lesne influențați de pedepse, în timp ce extraverții sunt mai ușor influențați de recompense. Ipoteza este că diferențele individuale pe continuumul acestei dimensiuni sunt determinate atât ereditar, cât și de către mediu. Într-adevăr, o serie de investigații asupra gemenilor mono- și dizigoți au dovedit faptul că ereditatea joacă un rol hotărâtor în diferențierea indivizilor după dimensiunea în discuție. Dacă adăugăm aici rezultatele unor studii interculturale care au demonstrat persistența în timp a acestor diferențe, putem argumenta fără echivoc baza biologică a acestora. Mai mult, o serie de măsurători ale funcționării biologice (ritmul cardiac, activitatea cerebrală, nivelul hormonal, activitatea glandelor sudoripare etc.) pot fi de asemenea invocate în sprijinul aceleiași concluzii. Așadar, dimensiunea introversiune-extraversiune reprezintă o organizare importantă a diferențelor

individuale privind funcționarea comportamentului și avându-și originea în diferențele de funcționare biologică moștenite.

Există, desigur, particularități comportamentale ce pot fi ușor relaționate cu celelalte două dimensiuni postulate de Eysenck. Persoanele cu scor mare la neuroticism tind să fie mai labile emoțional și se plâng deseori de temeri și anxietate, precum și de dureri corporale (dureri de stomac, de cap etc.) și, pentru asemenea situații, s-a emis ipoteza existenței unor diferențe biologice moștenite. Acești indivizi dezvoltă rapid reacții de stres și dovedesc o descreștere lentă a răspunsului la stres după dispariția agentului generator al acestuia. Cu toate că bazele psihoticismului sunt mai puțin cunoscute, este sugerată și în acest caz o asociere genetică legată de o vulnerabilitate sporită la diverse boli. Toate datele mai sus invocate converg și demonstrează importanța majoră a factorilor genetici în determinarea personalității și a comportamentului social. În accepțiunea lui Eysenck, factorii genetici contribuie în proporție de 66% la varianța dimensiunilor majore ale personalității.

3.2.3. Psihopatologia și modificarea comportamentului

Teoria lui Eysenck asupra personalității este puternic relaționată cu perspectiva sa privind comportamentul anormal și posibilitățile de schimbare ale acestuia. Tipurile de simptome sau dificultăți psihologice dezvoltate de o persoană se află în relație cu caracteristicile de bază ale personalității și cu principiile de funcționare a sistemului nervos. Spre exemplu, Eysenck susține că o persoană dezvoltă simptome nevrotice datorită unei acțiuni conjugate a sistemului biologic și a experiențelor personale care contribuie la dezvoltarea unor răspunsuri emoționale puternice la diverse stimulări externe. Astfel, majoritatea pacienților nevrotici tind să aibă scoruri înalte la neuroticism, asociate cu scoruri reduse la extraversiune. Prin contrast, criminalii și/sau cele mai multe dintre persoanele cu conduite antisociale au scoruri mari la toate trei dimensiunile. Asemenea indivizi refuză improprierea normelor sociale.

În ciuda puternicei determinări genetice în dezvoltarea și menținerea unor asemenea tulburări, Eysenck susține că nu trebuie să fim pesimiști în ceea ce privește potențialul pentru tratament: "...ceea ce este determinat sunt predispozițiile de a acționa și a se comporta într-o anumită manieră atunci când individul se confruntă cu situații specifice" (Eysenck, 1990). Ca atare, este la îndemâna oricărui individ să evite anumite situații emoțional traumatice, să evite achiziția unor comportamente inadecvate sau să opteze pentru învățarea unor coduri de conduită socială. Astfel, deși Eysenck a accentuat importanța factorilor genetici în determinarea personalității, el este cunoscut în același timp ca un înfocat susținător al terapiei comportamentale sau al tratamentului sistematic bazat pe principiile teoriei învățării. El a criticat, însă, teoria și terapia psihanalitică.

La începutul anilor 1990, Eysenck a încercat să pună în relație trăsăturile de personalitate cu probabilitatea apariției unor boli, precum bolile coronariene și cancerul, și a descris forme de terapie comportamentală care sporesc longevitatea în cazul unor astfel de boli (Eysenck, 1991).

3.2.4. Comentarii

Eysenck a avut contribuții prolifice la dezvoltarea multor domenii. Pe lângă interesul său pentru diferențele individuale și principiile modificărilor comportamentale, el a contribuit la studiul criminologiei, educației, esteticii, geneticii, psihopatologiei și ideologiei politice. În demersurile sale investigative, a pus accent atât pe studiul corelațional, cât și pe cel experimental. A reușit să relaționeze variabilele de personalitate propuse cu metodele de măsurare pe care le-a utilizat, cu o teorie a funcționării sistemului nervos și a învățării, precum și cu o teorie asociată a psihopatologiei și modificării comportamentale. În acest mod, teoria sa a depășit nivelul pur descriptiv și a devenit testabilă. Eysenck a avut, însă, tendința de a minimaliza aportul celorlalți teoreticieni și de a exagera dovezile experimentale în favoarea lui.

3.3. PERSPECTIVA LUI RAYMOND B. CATTELL (1905 -1998)

Cattell s-a născut în anul 1905 în Devonshire, o localitate din Marea Britanie. El a absolvit mai întâi Facultatea de Chimie în anul 1924, după care s-a orientat spre psihologie, obținând în anul 1929 titlul de doctor în psihologie. Cu toate că se cunosc foarte puține lucruri despre experiențele personale care i-au conturat viața și munca, o serie de influențe pot fi relativ ușor identificate prin amprentele pe care le-au lăsat. Mai întâi, interesul său pentru analiza factorială și încercarea de a dezvolta o teorie privind organizarea ierarhică a personalității pot fi asociate cu numele a doi mari psihologi britanici care l-au influențat și pe Eysenck: Spearman și Burt. În al doilea rând, perspectiva lui Cattell asupra motivației a fost influențată de către un alt psiholog britanic, și anume William McDougall. În fine, experiențele lui Cattell, in calitate de chimist, și-au pus și ele amprenta asupra gândirii de mai târziu. Așa cum Mendeleev a elaborat o metodă de clasificare a elementelor chimice, concretizată în sistemul periodic, Cattell a încercat să dezvolte un model de clasificare a variabilelor personale. S-a străduit ca, utilizând analiza factorială, să conducă psihologia spre propriul ei "sistem periodic".

3.3.1. Concepția științifică

Cattell distinge trei metode de studiu a personalității: bivariate, multivariate și clinice. Experimentul bivariat tipic, cel ce urmează designului experimental clasic din fizică, conține două variabile – una independentă și una dependentă. Metoda multivariată studiază interrelația mai multor variabile deodată. În acest caz, experimentatorul nu manipulează variabilele. El permite vieții să-și deruleze propriile experimente și apoi utilizează metode statistice pentru a extrage dimensiuni cu sens și conexiuni cauzale. Un exemplu al metodei multivariate este analiza factorială. Ambele metode sunt preocupate însă de rigoarea științifică. Diferența este că, în timp ce în prima metodă experimentatorul își limitează atenția la puține variabile

pe care le poate manipula, în cea de-a doua, experimentatorul ia în considerație mai multe variabile, așa cum apar ele în situații naturale.

Cattell aduce anumite critici metodei bivariate: este prea simplistă, nu dezvăluie relația cu alte variabile în situațiile unor răspunsuri comportamentale multideterminate, situațiile emoționale nu pot fi manipulate, ceea ce a făcut ca, prin demersul bivariat, să se caute răspunsuri privind afectivitatea umană, prin studiul comportamentului animal sau prin preluarea modelelor fiziologice.

În contrast cu aceasta, metoda clinică are meritul de a studia comportamentele umane, așa cum apar, și de a identifica legi ale funcționării organismului în ansamblu. Așadar, este o metodă apropiată de metoda multivariată: ambele vizează evenimente globale, paternuri complexe de comportament, așa cum apar în realitate. Diferența dintre ele este că prima (cea clinică) se bazează pe intuiție și memoria evenimentelor, iar cea de-a doua (cea multivariată) utilizează proceduri sistematice și analize statistice.

Așadar, metoda multivariată reunește calitățile dezirabile ale metodei bivariate și ale celei clinice. În analiza factorială, Cattell preferă să lucreze la nivelul trăsăturilor, în timp ce Eysenck lucrează la nivelul tipurilor.

3.3.2. Teoria asupra personalității

Tipuri de trăsături

În abordarea lui Cattell, elementul structural cheie este trăsătura pe care am definit-o deja ca pe o predispoziție a unei persoane de a se comporta într-un anumit fel. Dintre numeroasele distincții între trăsături, Cattell insistă asupra a două dintre ele. El face mai întâi distincție între trăsături de abilitate, trăsături temperamentale și trăsături dinamice, și apoi între trăsături de suprafață și trăsături-sursă.

Trăsăturile de abilitate se referă la priceperile și abilitățile care îi permit individului să funcționeze eficient. De exemplu, inteligența este o trăsătură de abilitate. Trăsăturile de temperament se referă la viața emoțională și la calitatea stilistică a comportamentului (de exemplu,

tendința de a lucra repede sau încet, de a fi calm sau emotiv, de a acționa după o deliberare preliminară sau de a acționa impulsiv). Trăsăturile dinamice se referă la aspectele motivaționale, la țelurile și scopurile cele mai importante pentru individ.

Trăsăturile de suprafață exprimă comportamentele aparent relaționate, dar care în realitate nu evoluează întotdeauna împreună și nu au cu necesitate cauze comune. Prin contrast, o trăsătură-sursă exprimă asocierea dintre acele comportamente care variază într-adevăr împreună și formează o dimensiune unitară și independentă a personalității. Primele pot fi investigate prin metode subiective, în timp ce ultimele reclamă proceduri statistice rafinate. În accepțiunea lui Cattell, trăsăturile-sursă reprezintă fundamentele personalității.

Surse pentru trăsături

Cattell a încercat să identifice trăsăturile–sursă, adică acele trăsături care justifică o varietate foarte mare de răspunsuri comportamentale. El susține existența a trei tipuri de date care ne pot conduce la trăsăturile sursă: date culese din experiențele cotidiene de viață (Life-Data/date-L), date de chestionar (Questionnaire Data/date-Q) și date oferite de rezultatele la teste obiective (Objective Test/date-OT).

Datele L se referă la comportamentul din situațiile cotidiene. Datele-Q implică răspunsul la diverse chestionare sau cele obținute prin autoobservație. Datele-OT presupun crearea unor situații comportamentale în miniatură, în care subiectul nu e conștient de relația dintre răspuns și caracteristicile de personalitate măsurate. Cattell afirma că, dacă analiza factorială din demersul multivariat este capabilă să determine structurile de bază ale personalității, înseamnă că aceiași factori sau trăsături ar trebui sa fie obținuți din cele trei tipuri de date. Aceasta a reprezentat o declarație și, în același timp, un angajament logic și provocator.

Cattell a aplicat mai întâi analiza factorială asupra datelor L și a reușit astfel să identifice 15 factori care păreau să fie suficienți unei interpretări adecvate a personalității. A verificat apoi dacă aceiași factori pot fi relevați prin aplicarea analizei factoriale asupra datelor Q.

Din această muncă a rezultat celebrul chestionar de personalitate 16 PF (chestionarul celor 16 factori de personalitate). Factorii relevați din datele Q au fost foarte similari cu cei obținuți din prelucrarea datelor L. Rezultatele investigațiilor asupra datelor Q și L au fost, de asemenea, de un real folos în dezvoltarea unor situații-test miniaturizate. Spre exemplu, tendința de a fi asertiv ar putea fi exprimată în comportamente foarte simple, precum rapiditatea plierii antebrațului pe brat, timpul de reacție în compararea a două litere etc. Prin demersuri asemănătoare, Cattell a putut identifica relații între factorii Q și OT.

Trăsăturile sursă, regăsite prin apelul la cele trei tipuri de observații, nu pot însă acoperi complet structura personalității, așa cum a fost ea gândită de Cattell. Cu toate acestea, el a fost mulțumit de modul în care, prin intermediul factorilor evidențiați, a putut oferi o descriere pertinentă a naturii personalității. Pentru a susține existența acestor elemente ale sistemului de personalitate, Cattell aduce o serie de argumente: 1. ele pot fi relevate prin aplicarea analizei factoriale asupra unei mari varietăți de date; 2. studiile interculturale au condus la aceleași rezultate; 3. rezultate similare s-au constatat și între diverse grupuri; 4. au validitate ecologică, adică predicțiile comportamentale făcute în virtutea lor sunt confirmate în mediul natural; 5. există dovezi privitoare la predeterminarea genetică a acestor trăsături.

Stabilitate și variabilitate în comportament

Cu toate că preocuparea de căpătâi a lui Cattell a constituit-o structura personalității și consistența comportamentului, el nu a acordat mai puțină importanță aspectelor motivaționale ale conduitei. Strategia de lucru a fost aceeași: a aplicat și în acest caz analiza factorială în scopul identificării trăsăturilor dinamice, adică a surselor motivaționale ale comportamentului. În urma analizelor, Cattell a ajuns la concluzia că motivația umană constă din tendințe înnăscute, numite ergi, și din motive determinate de mediu, numite sentimente. Exemple de ergi sunt nevoia de siguranță, sexul, autoafirmarea etc. Sentimentele pot fi: religioase ("Vreau să-i slujesc lui Dumnezeu"), cariera ("Vreau să învăț cât mai multe deprinderi pentru a fi cât mai eficient"), sentimentul

stimei de sine ("Vreau să-mi păstrez o imagine cât mai bună"). Cattell afirmă că activitățile noastre care implică efortul de a ne satisface cât mai multe motive și efortul de a gratifica sentimentele slujesc, de fapt, unor scopuri mult mai apropiate de biologic.

Cattell nu vede persoana ca fiind statică sau ca având același comportament în toate situațiile. Comportamentul situațional al unei persoane depinde, nu doar de trăsăturile acelei persoane, ci și de variabilele motivaționale relevante pentru situația respectivă. În plus, o deplină înțelegere a variabilităților comportamentale impune apelul la încă două concepte: stare și rol. Conceptul de stare este relaționat cu modificările emoționale și dispoziționale care sunt în mare măsură determinate de puterea provocatoare a situațiilor pe care individul le trăiește. Ca exemple de stări, putem invoca: anxietatea, depresia, oboseala, curiozitatea etc. Termenul de rol, pe de altă aparte, exprimă faptul că aceiași stimuli sunt percepuți în mod diferit de către un individ, în funcție de rolul său în acea situație. Spre exemplu, un polițist va avea o atitudine diferită față de un conflict stradal atunci când se află în timpul serviciului,comparativ cu situația în care asistă la eveniment în programul său liber.

În concluzie, teoria lui Cattell ne sugerează faptul că orice comportament exprimă trăsăturile individuale care operează în acea situație, energiile și sentimentele asociate cu atitudinile relevante pentru acea situație, dar, în același timp, implică operarea stărilor și rolurilor ce pot varia sensibil de la un moment la altul sau de la o situație la alta.

Allport, Eysenck și Cattell au fost puși alături și considerați principalii reprezentanți ai teoriei trăsăturilor, tocmai datorită accentului comun pus pe diferențele individuale privite ca dispoziții largi de răspuns. Aceasta nu înseamnă însă că perspectivele lor sunt întru totul superpozabile (Zee, 2006). Diferențele cele mai evidente dintre cei trei teoreticieni sunt cele referitoare la utilizarea analizei factoriale în determinarea naturii și numărului de trăsături, la care se adaugă perspectivele diferite asupra factorilor motivaționali ca determinanți ai comportamentului. În ciuda acestor deosebiri de abordare, care au sugerat unora o aparentă vulnerabilitate a perspectivei, teoria

trăsăturilor de personalitate rămâne una dintre cele mai influente paradigme în studiul personalității.

Glosar

Analiză factorială - o tehnică matematică folosită pentru clarificarea corelațiilor dintre un set de variabile, persoane sau ocazii, și definirea acestora în termenii unui număr mai mic de factori.

Autonomie funcțională - independența motivelor adulte față de originea lor din copilărie sau adolescență în ceea ce privește scopurile; un mijloc de a începe să nu mai reprezinte un scop în sine, dar să continue să influențeze comportamentul după ce motivele originale au dispărut.

Chestionarul de personalitate cu 16 factori (Sixteen Personality Factor Questionnaire – 16 P.F.) - un chestionar care măsoară cincisprezece trăsături de temperament și o trăsătură legată de abilități.

Dispoziție personală (Trăsătură personală) - o trăsătură care este unică și îl distinge pe individ de ceilalți indivizi. Oferă o descriere acurată a adevăratei personalități a unui individ.

Dispoziții personale secundare (Trăsături personale secundare) - trăsături care exercită mai puțină influență asupra comportamentului unui individ decât dispozițiile personale centrale.

Extraversiune - similar cu extroversiunea din teoria lui Jung, dar compusă din trăsături specifice cum sunt sociabilitatea, impulsivitatea, activitatea, voiciunea și excitabilitatea.

Psihoticism - o super-trăsătură caracterizată prin egocentrism, agresivitate, impersonalitate și lipsa preocupărilor față de drepturile și sentimentele altor persoane.

Studiu al valorilor - un chestionar care măsoară importanța relativă pentru individ a șase valori majore: teoretică, economică, estetică, socială, politică și religioasă.

Teoria trăsăturilor - o teorie a personalității care descrie și explică comportamentul uman în termeni specifici de pattern-uri de comportament (trăsături), cum ar fi prietenos, ambițios, entuziast, timid și multe altele.

Trasătura sursa - un element de bază al personalității care poate fi identificat doar folosind analiza factorială.

Trăsătură - o structură neuropsihică ce inițiază și ghidează multe dintre aspectele consistente ale comportamentelor unui individ.

Trăsătură comună - o trăsătură pe baza căreia pot fi comparați majoritatea oamenilor dintr-o anumită cultură. Oferă doar o aproximare grosieră a oricărei personalități particulare.

Trăsătură dinamică - o trăsătură care motivează și organizează comportamentul unei persoane spre un anumit scop. Trăsăturile dinamice sunt determinante pentru motivele acțiunilor noastre.

Trăsătură temperamentală - o trăsătură care determină stilul în care o persoană încearcă să atingă un anumit scop sau realizează majoritatea lucrurilor.

Capitolul 4

TEORIA UMANISTĂ A PERSONALITĂȚII

4.1. MODELUL AUTO-ACTUALIZĂRII AL LUI MASLOW

În general, Maslow este considerat a fi fondatorul și părintele spiritual al orientării umaniste în psihologie. El i-a criticat deopotrivă pe behavioriști și pe psihanaliști, îndeosebi viziunea lui Freud asupra personalității. Umaniștii consideră că, preocupându-se numai de latura negativă a naturii umane – nevrozele și psihozele –, psihologia va ignora toate acele aspecte pozitive ale umanului, precum fericirea, satisfacția, pacea minții etc. Iată cum își formula Maslow această critică: "studiind doar indivizii infirmi, retardați, imaturi sau neajutorați, nu vom putea avea altceva decât o psihologie infirmă" (Maslow, 1970).

Noi am subestimat natura umană, afirma Maslow, tocmai prin refuzul de a-i investiga pe cei mai valoroși reprezentanți ai săi – pe cei mai creativi, mai sănătoși și mai maturi dintre oameni. În opinia sa, cel mai reprezentativ tip al speciei umane este tipul metamotivat. Maslow avertiza că, dacă dorim să aflăm cât de repede poate alerga omul, trebuie să studiem, nu alergătorii de rând, ci pe cei mai buni. Doar în acest fel vom putea determina vârful potențialului uman.

Caracteristica distinctivă a teoriei lui Maslow asupra personalității rezidă în faptul că aceasta derivă din studiul personalităților celor mai sănătoase. Teoria personalității, pe care el o promova, poate fi numită o teorie a motivației, întrucât, în viziunea sa, motivația constituie nucleul acestei abordări.

Maslow și-a desfășurat investigațiile pe un eșantion relativ restrâns de subiecți – figuri istorice sau contemporane -, despre care a presupus că și-au valorificat superior potențialul. Analizând un volum imens de date biografice, Maslow ajunge la concluzia că toți

indivizii umani se nasc cu un set de trebuințe (nevoi) instinctive care îi determină să opteze pentru a creşte, a se dezvolta şi a-şi desăvârşi potențialul. Aceste trebuințe sunt organizate ierarhic asemenea unei piramide ce respectă, de la bază spre vârf, următoarea succesiune: fiziologice, de securitate, de afiliere şi atașament, de stimă, de autoexprimare (actualizare). Pentru ca o trebuință să apară ontogenetic, e necesar ca toate trebuințele situate pe treptele inferioare ei să fi fost în prealabil satisfăcute, cel puțin parțial.

Teoria lui Maslow a devenit foarte populară prin anii 1960-1970 şi continuă să fie aplicată şi astăzi îndeosebi în psihologia industrial – organizațională, unde mulți dintre lideri sau manageri consideră că prezența trebuințelor de actualizare constituie o forță motivațională utilă şi o sursă potențială a satisfacției în muncă.

4.1.1. Abraham Maslow (1908 - 1970): repere biografice

Abraham Maslow s-a născut la 1 aprilie 1908, în cartierul Brooklyn din New York. Părinții lui erau imigranți ruşi care, deşi săraci şi lipsiți de educație, nu au contenit să spere în ceva mai bun pentru fiii lor. Tatăl lui era, de meserie, dogar. Abraham era cel mai mare din cei şapte copii, aparținând singurei familii evreieşti din zonă care era aşa de săracă, încât, afirmă Maslow; "Uneori nu ştiam de unde şi când vom mai pune ceva pe masă" (Maddi & Costa, 1972, p. 159).

Copilăria lui Maslow nu a fost tocmai idilică, lucru ce reiese dintr-un interviu realizat în 1968: "Cu copilăria pe care am avut-o mă mir şi eu cum de nu sunt psihotic". A avut o copilărie nefericită, lipsită de prieteni şi de afecțiunea părinților. Tatăl său - un om rece şi distant - îşi părăsea adeseori familia pentru lungi perioade de timp. Maslow îl descrie ca fiind un om căruia "îi plăceau băutura, femeile şi certurile", astfel se explică de ce în adolescență, Maslow îşi ura cu înverşunare tatăl. Ulterior, însă, l-a înțeles şi l-a iertat. În schimb, ura lui Maslow pentru mama sa nu s-a stins niciodată, acesta refuzând să participe chiar şi la funerariile ei.

Mama lui a fost o femeie foarte superstițioasă. Aprigă şi nemiloasă, obişnuia să-l pedepsească aspru pe micuțul Maslow pentru cele mai neînsemnate greşeli, înfricoşându-l cu amenințarea că

Dumnezeu îl va pedepsi groaznic pentru toate acestea. Uneori, reacțiile ei erau de-a dreptul absurde. De exemplu, într-o zi când Maslow a adus acasă doi pisoi, mama lui i-a omorât pe loc, trântindu-i cu capetele de perete. Ea a avut un impact pronunțat nu doar asupra vieții emoționale a lui Maslow, ci şi asupra întregii sale activități profesionale de mai târziu: " Întreaga mea filosofie de viață, toată activitatea mea de cercetare şi teoretică îşi are originea în ura pentru tot cea ce mi-a oferit ea (n.a. mama)" (Maslow, 1968, apud Maddi & Costa, 1972).

În afara acestor probleme cu părinții, copilăria şi adolescența lui Maslow i-au fost marcate şi de un sever complex de inferioritate legat de fizicul său - era slab şi avea nasul mare. Pentru a-şi compensa aceste sentimente de inferioritate, Maslow se afunda în lecturi - în singurătatea şi disperarea sa, cărțile au fost singurele care i-au ținut companie. Biblioteca devine "terenul de joacă" al copilăriei sale; mergea la bibliotecă dimineața devreme şi aştepta pe trepte deschiderea acesteia, ajungea la şcoală cu o oră înainte de începerea cursurilor şi se retrăgea în câte o sală de clasă goală pentru a citi cărțile împrumutate: "Am crescut în librării şi printre cărți, fără prieteni" (A. H. Maslow, 1968 a, p. 37). În ciuda acestei pasiuni ale sale pentru cărți, în perioada liceului, Maslow a avut o prestație mediocră, dar suficientă pentru a fi admis la City College din New York.

Ulterior, acestei pasiuni pentru cărți i s-a adăugat una nouă, şi anume pasiunea pentru verişoara sa, Bertha – care avea să-i devină soție. Căsătoria lor timpurie - el avea 20 de ani, iar Bertha 19 - a determinat o schimbare semnificativă în viața lui Maslow. Această căsătorie i-a adus dragostea pe care nu o cunoscuse în copilărie, dar mai ales i-a dat un sens existenței: "Viața mea nu avea nici un sens înainte de mă căsători şi de a începe studiile la Wisconsin."După terminarea colegiului, a studiat atât la Universitatea Cornell, cât şi la Universitatea Wisconsin. Maslow a fost vrăjit nu doar de tânăra lui soție, ci şi de psihologia behavioristă, promovată de John Watson. Ca mai toți psihologii americani ai anilor 1930, Maslow vedea în

behaviorism un panaceu pentru problemele omenirii. La Universitatea Wisconsin, Maslow primeşte o solidă educaţie în psihologia experimentală şi, tot aici, este remarcat de profesorul său - Harry Horlow - care i-a intuit genialitatea.

Se înscrie la doctorat sub îndrumarea lui Harry Harlow şi îşi finalizează teza în laboratorul acestuia din Winsconsin. Harry Harlow a fost o personalitate a lumii ştiinţifice ce s-a remarcat îndeosebi prin studiile sale pe maimuţe, studii care au stabilit importanţa nevoii de confort la aceste mamifere. Lucrarea lui Maslow era un studiu observaţional al comportamentului sexual la maimuţe. El considera comportamentul sexual ca fiind influenţat de relaţiile de dominanţă. Mai mult, Maslow a demonstrat că, în stabilirea ierarhiei, maimuţele comunică în special prin indici vizuali şi mai puţin prin luptă. Harlow a evaluat munca lui Maslow la superlativ (Lowry, 1973, p. 1).

Imediat după susţinerea tezei, behaviorismul şi psihologia animală au încetat să-l mai intereseze. El a citit, între timp, studii de psihanaliză, psihologie gestaltistă şi filozofie şi, firesc, toate acestea l-au schimbat. La schimbarea opţiunii sale paradigmatice au concurat, însă, şi alte evenimente, precum naşterea primei sale fetiţe.

"Naşterea primului meu copil a fost o revelaţie. Am privit acea fiinţă minusculă şi misterioasă şi m-am simţit stupid. Am fost uimit de faptul că nu o puteam controla. M-am simţit slab şi neputincios înainte de toate. Şi atunci, mi-am zis în sinea mea "oricine a avut un copil nu mai poate fi behaviorist" (Maslow, 1968a, p. 56).

În 1934, Maslow se reîntoarce la New York, iniţial pentru studiile postdoctorale, realizate împreună cu psihologul Thorndike la Universitatea Columbia. În timpul studiilor Thorndike este cel care îi administrează lui Maslow o serie de teste de inteligenţă şi de aptitudini didactice şi, astfel, reuşeşte să-i releve potenţialul său extraordinar; Maslow avea un coeficient de inteligenţă de 195.

Maslow se afla la New York pe la sfârşitul anilor 1930 şi începutul anilor 1940 - tocmai când soseau emigranţii intelectuali din Germania nazistă; şi, astfel, a avut ocazia să-i cunoască pe: Erich From, Karen Horney, Max Wertheimer, Alfred Adler care i-au influenţat într-o oarecare măsură perspectiva ştiinţifică. A fost, de asemenea, influenţat de antropologul american Ruth Benedict.

Maslow a fost profund marcat de începutul celui de-al Doilea Război Mondial – eveniment ce l-a determinat să îşi dedice întreaga viaţă pentru dezvoltarea unei psihologii care să studieze cele mai înalte idealuri şi potenţialităţi ale fiinţei umane. Maslow va rămâne până la sfârşitul vieţii animat de dorinţa de a îmbunătăţi personalitatea umană şi de a demonstra că fiinţa umană are capacitatea de a etala o conduită mult mai nobilă decât ura, războiul şi prejudecăţile.

În 1951, Maslow pleacă la Universitatea Brandeis, unde devine şeful catedrei de psihologie. A rămas la Breindeis, dezvoltându-şi şi articulându-şi teoria asupra personalităţii, până în anul 1969, când se mută în California cu scopul de a-şi aplica teoria în politică şi în psihologia muncii. Până la sfârşitul vieţii sale, Maslow devine o figură extrem de populară. După ce suferă un atac de cord, se dedică integral desăvârşirii şi articulării teoriei sale, renunţând complet la multe dintre activităţile care, odinioară, îi aduceau multă plăcere, precum teatrul, lectura poeziilor şi plimbările lungi prin pădure. Într-unul dintre ultimele interviuri, Maslow afirma: "Cum aş putea să mă irosesc în toate aceste lucruri, când trebuie să închei ceea ce am început şi când umanitatea are atâta nevoie de ajutor?"

Maslow, prin munca sa, s-a adresat, în primul rând, societăţii largi, pe care spera să o îmbunătăţească, şi mai puţin audienţei academice ale cărei metodologii şi obtuzitate le-a criticat vehement. Multe dintre lucrările lui au fost caracterizate de către descendenţa umanistă ca fiind deopotrivă umaniste şi mesianice (Maddi & Costa, 1972, p. 150).

4.1.2. Perspectiva lui Maslow asupra psihologiei

Abraham Maslow considera că metodele psihologiei contemporane lui împiedicau cunoaşterea completă a naturii umane (Maslow, 1966). Teoria şi cercetarea nu erau centrate pe cele mai importante arii ale naturii umane, şi anume pe acele dimensiuni care ne ridică deasupra animalelor. Desigur, asemeni animalelor, şi noi mâncăm, ne reproducem şi învăţăm. Dar oamenii sunt capabili de a

păşi dincolo de aceste procese primitive. Aşa cum o teorie a vederii cromatice nu poate descrie/explica ceea ce simţim când privim o capodoperă a lui Picasso, tot aşa o teorie redusă la trebuinţe bazale nu poate explica cum funcţionează un om sănătos.

Maslow considera că psihologia ar putea învăţa de la existenţialism datorită accentului pus pe (1) conceptul de "identitate", atât de important în experienţa umană, cât şi (2) pe cunoaşterea experenţială. De fapt, a mers într-atât de departe, încât a pretins că existenţialismul ar putea "înlocui psihologia, căreia îi lipseşte fundamentarea filozofică necesară" (Maslow, 1938b). Aceasta ar fi înlocuit pozitivismul logic care, în opinia lui Maslow, a eşuat în direcţionarea corectă a psihologiei spre experienţele umane unice, de care se lovesc teoreticienii şi clinicienii personalităţii. Psihologia trebuie să înţeleagă esenţa profundă a vieţii şi reala incertitudine a viitorului, să meargă dincolo de teoriile deterministe înguste, valabile în behaviorism şi psihanaliză. "E nevoie de o a treia forţă în psihologie şi aceasta nu poate fi decât umanismul" (Maslow, 1938b).

Abordarea ştiinţifică tradiţională este centrată pe metodă. Experienţele umane care nu pot fi investigate în manieră tradiţională sunt considerate "neştiinţifice". Maslow recomanda, în schimb, o abordare *centrată pe problemă,* în care i se acordă o mai mare importanţă problemei investigate decât metodei. Şi alţi umanişti, precum Carl Rogers şi Gordon Allport, împărtăşeau acelaşi punct de vedere. Însă, Maslow nu dorea să elimine metodele ştiinţifice tradiţionale. Dimpotrivă, el vroia doar să le completeze cu o cunoaştere mai acurată a bazei experienţiale a problemelor investigate. Maslow argumenta că cercetarea trebuia să pornească de la fenomenologie, care oferă baza empirică, definind astfel problema care trebuia investigată. Apoi, prin această cunoaştere experienţială, metodele empirice de testare a ipotezei puteau fi construite.

Abordarea unilaterală, metodologia fără "suflet" sau cunoaşterea experienţială fără validarea ştiinţifică, este inoportună. Cele două abordări, în opinia lui Maslow, nu sunt exclusive. "Emoţia nu este întotdeauna inamicul adevărului şi obiectivităţii", spunea el (Maslow, 1966, p. 140).

Maslow a depus eforturi deosebite pentru a defini această nouă abordare. El şi-a descris viziunea ca pe o "Ştiinţă Taoistă", pe care o contrapunea "Ştiinţei care controlează" (1966, p.95). Ştiinţa Taoistă

este mult mai subiectivă şi mult mai cald ataşată de problemele subiectului uman. Ea este interpersonală (în spiritul abordării "eu-tu" a lui Buber), autentic angajată în interacţiunea plină de sens cu obiectul de studiu. Ea evită falsa separaţie subiect-observator şi poate fi descrisă mai degrabă ca o "cunoaştere a fuziunii" dintre aceştia. Toate aceste noţiuni violau tezele tradiţionale ale metodelor ştiinţifice, pe care Maslow le considera inadecvate în studiul personalităţii sănătoase.

Un obstacol în dezvoltarea unei astfel de ştiinţe îl reprezintă dezvoltarea limitată a oamenilor de ştiinţă ca fiinţe umane. Ştiinţa tradiţională funcţionează adesea asemeni unui mecanism de apărare, oferind siguranţă şi predictibilitate. Când studiază potenţialele umane cele mai înalte, oamenii de ştiinţă manifestă mai degrabă rezistenţă la adevăr, pentru că aceste probleme îi provoacă, în timp ce problemele non-umane sau cele clinice nu reuşesc acest lucru (Maslow, 1966).

4.1.3. Piramida trebuinţelor umane

Maslow a recunoscut că dezvoltarea umană porneşte de la nevoi primare, de bază, care nu sunt în mod semnificativ diferite de motivaţia animală. Dar, Odată ce indivizii se maturizează şi nevoile bazale sunt satisfăcute, oamenii dezvoltă treptat motivaţii specific umane. Aşadar, motivaţia se modifică pe măsură ce "urcăm" în ierarhia trebuinţelor sau a motivelor. Această ierarhie constă din cinci niveluri: patru niveluri ale *motivelor de deficit* şi, în final, cel mai dezvoltat nivel, cel al *motivelor de existenţă (fiinţare)* sau al autoactualizării.

Primele patru niveluri ale ierarhiei trebuinţelor pot fi înţelese ca motive de a depăşi sentimentul unei deficienţe. O nevoie primară, dacă nu este satisfăcută, conduce la o necesitate şi la acţiunile necesare pentru a fi satisfăcută. Satisfacerea nevoii conferă, în schimb, plăcere. Experienţele subiective de "poftă" şi plăcere nu pot fi operaţionalizate în baza studiilor pe animale, studii care constituiau baza cercetării behavioriste. În opinia lui Maslow, oamenii pot şi trebuie să fie întrebaţi în legătură cu experienţele lor.

Care sunt aceste nevoi primare ? Maslow a listat patru dintre ele şi a considerat că acestea formează o ordine particulară (figura 3.1.). Pentru a trece la o nevoie mai "înaltă", individul trebuie să-şi satisfacă mai întâi nevoile de pe treptele inferioare acesteia.

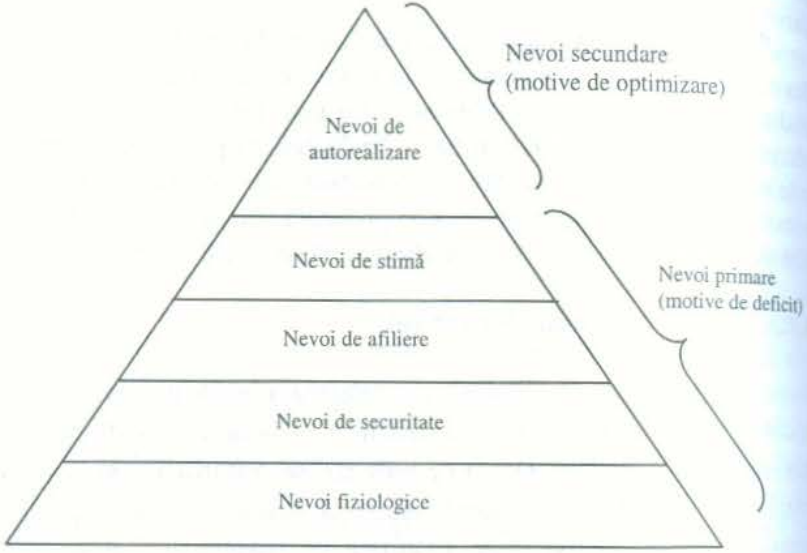


Figura 4.1. Piramida trebuinţelor umane

Odată ce un nivel al trebuinţelor a fost satisfăcut, persoana va putea face un salt în ierarhia motivelor. Dacă nevoile primare nu sunt satisfăcute, creşterea, maturizarea individului este stopată. Altfel spus, trebuinţele situate pe o treaptă superioară a piramidei se dezvoltă doar dacă trebuinţele aflate pe treptele inferioare lor au fost deja satisfăcute, cel puţin parţial. De exemplu, o persoană înfometată şi nesigură, lipsită de protecţie nu va putea să dezvolte trebuinţe de afiliere şi ataşament. Ea va fi preocupată acum de modalităţile de a obţine hrană, şi mai puţin de dragoste.

Un adult nu e ghidat simultan de toate aceste categorii de trebuinţe, şi ele nici nu au aceeaşi forţă. La un moment dat, o anumită categorie de trebuinţe este dominantă; aceasta declanşează şi ghidează comportamentul, toate celelalte categorii de trebuinţe devin secundare – în sensul că vor fi satisfăcute în mai mică măsură comparativ cu cele dominante. Maslow atenţionează asupra faptului că trebuinţele situate pe treptele inferioare ale piramidei sunt mai puternice decât cele situate pe treptele superioare. De asemenea, el ne avertizează că trebuie să facem distincţie între puterea unei trebuinţe şi importanţa acesteia:

1. Puterea sau forţa motivaţională a unei trebuinţe se referă la prioritatea acesteia şi la intensitatea comportamentelor de satisfacere care li se asociază.
2. Importanţa sau valoarea unei trebuinţe se referă, în schimb, la gradul în care ea declanşează şi orientează comportamentul individului într-un anumit moment al existenţei sale. O trebuinţă, odată ce a fost satisfăcută, iese din câmpul conştiinţei, pierzându-şi importanţa pe care i-o atribuie individul.

Maslow a făcut numeroase alte distincţii între nevoile de ordin inferior şi cele superioare, distincţii pe care le prezentăm în cele ce urmează într-o formă contrasă:

a) Trebuinţele de ordin superior sunt mult mai recente filogenetic. Toate vieţuitoarele au trebuinţe fiziologice, doar omul, însă, are trebuinţe de stimă, de cunoaştere şi actualizare.
b) Trebuinţele de ordin superior sunt mai recente şi din punct de vedere ontogenetic. Astfel, trebuinţele fiziologice şi cele de securitate apar în copilărie, cele de afiliere şi cele de stimă apar în adolescenţă, iar trebuinţele de autoactualizare apar abia la vârsta adultă.
c) Trebuinţele de ordin superior sunt mai puţin imperative supravieţuirii, de aceea, satisfacerea lor poate fi amânată o perioadă mai lungă de timp. Nesatisfacerea acestor trebuinţe

nu produce o reacție imediată de tensiune sau criză, cum se întâmplă în cazul nesatisfacerii trebuințelor de ordin inferior. Trebuințele de ordin inferior se mai numesc și trebuințe deficitare, deoarece nesatisfacerea lor induce un anumit tip de deficiență în organismul individului.

d) Deși sunt mai puțin imperative pentru supraviețuire, trebuințele de ordin superior contribuie la calitatea supraviețuirii, satisfacerea lor crescând eficiența biologică a organismului și eficiența activităților cognitive. De aceea, trebuințele de ordin superior se mai numesc și trebuințe de creștere sau de optimizare.

e) Satisfacerea trebuințelor de ordin superior este benefică atât biologic cât și psihologic, deoarece conferă o plăcere mai intensă, o pace a minții și sentimentul unei împliniri.

f) Satisfacerea trebuințelor de ordin superior este sensibil dependentă de condițiile extern-sociale, economice și politice, comparativ cu satisfacerea trebuințelor de ordin inferior. Spre exemplu, autoexprimarea reclamă mult mai stringent o mai mare libertate de exprimare și un număr sporit de oportunități referitoare la trebuințele de siguranță și confort.

g) Nu trebuie cu necesitate ca o categorie de trebuințe să fie satisfăcută integral, pentru ca cea următoare ei să se dezvolte. Maslow vorbește despre o satisfacere parțială a trebuințelor și despre o scădere a gradului de satisfacere reclamat, pe măsură ce urcăm în ierarhia trebuințelor.

Trebuințe fiziologice

La nivelul bazal al ierarhiei se află nevoile sau trebuințele fiziologice de: hrană, apă, somn și sex. Aceste trebuințe sunt esențiale atât supraviețuirii umane, cât și celei animale. Dacă nu sunt satisfăcute, ele domină sistemul motivațional, indiferent dacă nevoile superioare sunt sau nu satisfăcute. "Pentru omul înfometat, nu există un alt interes decât hrana", considera Maslow (Maslow, 1943, apud

Lowry, 1973, p. 156). De acest fapt e convinsă orice persoană care a trăit experiența sufocării sau pe cea a înfometării.

Animalele pot trăi numai la acest nivel, dar ființa umană, în condiții normale de existență are cu siguranță aceste nevoi satisfăcute. Dacă aceste nevoi sunt gratificate adecvat, nivelul motivațional superior urmează cu necesitate. Dacă, după depășirea nivelului, persoana întâlnește o situație în care nevoile fiziologice încetează a mai fi satisfăcute, acestea vor redeveni motivația predominantă.

Maslow sugera faptul că, pentru un individ, mult mai importantă este istoria satisfacerii nevoilor sale, decât gratificarea nivelului motivațional curent. El a lansat ipoteza conform căreia "este sigur că acei indivizi, cărora li s-a satisfăcut mereu o anumită nevoie, sunt cel mai bine pregătiți să tolereze o frustare a aceleiași nevoi în viitor. Pe de altă parte, cei care au fost frustrați în trecut vor reacționa total diferit la satisfaceri curente, în comparație cu cei care nu au avut niciodată experiența nesatisfacerii unei nevoi" (1943, în Lowry, 1973, p. 157).

Trebuințe de securitate

Acestea includ: nevoia de stabilitate, de protecție, de ordine, de planificare a activității, de absență a anxietății. Sunt foarte importante în cazul copiilor și al adulților nevrotici.

La acest nivel, motivația dominantă este cea de asigurare a unui context protectiv. Familiaritatea este percepută ca protectoare și, din acest motiv copiii se simt amenințați în situații noi (zgomote puternice, animale neobișnuite, certuri familiale sau divorțuri). Violența fizică este, de asemenea, o amenințare atât pentru copii, cât și pentru adulți. De cele mai multe ori, într-o societate organizată, nevoile de securitate ale adulților sunt satisfăcute, dar securitatea poate fi amenințată de situații de urgență precum "războiul, boala, catastrofele naturale, creșterea ratei criminalității, dezorganizările sociale, nevrozele, o leziune cerebrală, o situație foarte gravă"(Maslow, 1943, apud Lowry, 1973, p.160).

- Trebuințele de securitate sunt dominante la copii, dovadă fiind faptul că aceștia au reacții de frică imediate și ușor observabile la amenințări, spre deosebire de adulți care au învățat să își inhibe într-un anumit grad reacțiile de frică. De

asemenea, copiii preferă rutina, un mediu ordonat și ușor predictibil. Copiii au slabe capacități de a face predicții și, de aceea, au nevoie de indici externi constanți în acest sens; ei caută constanța, nu doar în mediul fizic, ci și în conduita părinților. Maslow considera că o prea mare libertate - în sensul unui mediu extern complet nestructurat, dezordonat - produce anxietate la copii, prin urmare, libertatea trebuie să fie acordată copiilor, doar în cadrul limitelor cărora aceștia pot face față.

- Trebuințele de securitate sunt dominante și în cazul adulților nevrotici, aceștia având nevoie, de asemenea, de un grad ridicat de planificare și de organizare a mediului extern. Persoanele nevrotice își duc întreaga existență pe baza unui set rigid de rutine, respingând experiențele noi, neașteptate și își ordonează fiecare aspect al vieții lor, astfel încât totul să fie complet predictibil.
- Și în cazul adulților normali se constată necesitatea unui anumit grad de securitate. Majoritatea oamenilor preferă cunoscutul necunoscutului, ordinea haosului, fac economii pentru viitor, cumpără polițe de asigurare, preferă să își păstreze o slujbă sigură, în loc să se aventureze într-o afacere riscantă. Cu toate acestea, nevoia de securitate, în cazul adulților normali, nu ia niciodată forma compulsivă regăsită la nevrotici.

Trebuințele de afecțiune și afiliere

Dacă nevoile de securitate și cele fiziologice sunt satisfăcute, următorul nivel ce va deveni predominant este cel al nevoilor de afecțiune și afiliere. Acestea implică nevoia de apartenență la un grup, de relații interpersonale bazate pe afectivitate. În societatea contemporană, puțini sunt cei care-și duc întreaga existență în același cartier și își păstrează aceiași prieteni pe tot parcursul vieții lor; majoritatea oamenilor își schimbă slujba, școala, orașul foarte frecvent. Prin urmare, aceștia vor căuta să-și satisfacă trebuințele de afiliere prin diferite strategii - acceptând necritic anumite grupuri, participând la întruniri, implicându-se în diverse activități colective etc.

Trebuințele de atașament implică atât nevoia de a da, cât și cea de a primi în plan afectiv. De regulă, ele sunt satisfăcute printr-o relație intimă cu o altă persoană. Maslow face distincție între dragoste și sex; la acest nivel, sexul poate fi, desigur, una din modalitățile de a-ți exprima afecțiunea, dar el poate funcționa și la un nivel pur fiziologic. Nesatisfacerea trebuințelor de atașament este principala cauză a inadaptabilității, în societatea contemporană.

Trebuințele de stimă

Acestea includ stima de sine, sub forma sentimentului propriei valori, precum și cea dată de alții, sub forma recunoașterii status-ului social. Satisfacerea trebuințelor de stimă face ca o persoană să devină încrezătoare în forțele proprii și să fie mult mai productivă sub toate aspectele existenței sale. Scăderea stimei de sine determină persoana să se simtă inferioară, neajutorată și descurajată, ceea ce va conduce la pierderea încrederii în posibilitățile proprii de a face față la problemele complexe ale existenței.

Este foarte important ca între cele două tipuri de trebuințe de stimă, respectiv între prețuirea de sine și prețuirea arătată de alții, să existe un acord. De asemenea, stima de sine trebuie să se bazeze pe o cunoaștere reală a propriilor competențe, abilități și slăbiciuni.

Toate eforturile individului spre realizare pot fi interpretate ca manifestări ale nevoii de stimă. Renumitul om de afaceri Donald Trump, de exemplu, era foarte motivat pentru sporirea succesului profesional, întrucât trebuințele lui fiziologice, de securitate și afecțiune fuseseră satisfăcute deja prin siguranța financiară și căldura relațiilor familiale. Concepția ierarhică a lui Maslow sugerează, de asemenea, că oamenii care se simt neiubiți, spre exemplu, cei ce simt respingerea parentală, vor continua să funcționeze la cel de-al treilea nivel al ierarhiei și nu vor fi motivați de nevoi de stimă.

Când aceste nevoi nu sunt satisfăcute, trăim sentimente de inferioritate. Maslow observa că Adler, care a scris despre sentimentele de inferioritate, a acordat o mai mare atenție trebuințelor de stimă decât Freud. Dacă, în schimb, nevoile de stimă ne sunt satisfăcute, atunci trăim sentimente de "încredere, mândrie, putere și capacitate de a fi utili și necesari celorlalți"(Maslow, 1943, apud Lowry, 1973, p. 162).

Motivația de creștere (optimizare)

O dată ce trebuințele de deficit sunt mai mult sau mai puțin satisfăcute, persoana este motivată la un nivel mai înalt, nivel numit de Maslow *motivația de creștere*, opusă motivației de deficit. Motivația de creștere include nevoia de desăvârșire a propriei dezvoltări, de obiectivare a propriului potențial creativ, cu alte cuvinte, se referă la nevoia de a-și valorifica superior resursele.

- Autorealizarea personală nu se referă doar la succesul obținut în activitățile artistice, ci se poate releva în orice domeniu de activitate pentru care individul dispune de aptitudini corespunzătoare. Cu alte cuvinte, un individ se poate simți autorealizat, îndeplinind, la un nivel înalt de creativitate, orice tip de activitate, începând cu gătitul, construirea unei case și terminând cu compunerea unor versuri sau a unei piese muzicale.
- De asemenea, ipotetic vorbind, toți oamenii pot avea trebuințe de autorealizare, indiferent de status-ul lor social, fie că sunt zilieri, șoferi sau avocați, educatori etc.

Dacă trebuințele de stimă vizau status-urile sociale, trebuințele de autoactualizare vizează rolurile sociale; prin urmare, orice rol corespunzător unui status poate fi îndeplinit la un nivel înalt de creativitate, ducând la autorealizarea persoanei respective.

Satisfacerea trebuințelor de autoactualizare implică respectarea a trei condiții:

- depășirea sau eliminarea restricțiilor impuse, fie din exterior (convenții socio-culturale), fie din interior (preconcepții);
- satisfacerea celor patru categorii de trebuințe anterioare, cel puțin parțial;
- autocunoașterea - cunoașterea propriilor abilități și slăbiciuni.

Trebuințe cognitive

Trebuințele cognitive circumscriu nevoia de a cunoaște, de noutate și nevoia de a înțelege. După opinia lui Maslow, trebuințele cognitive nu sunt incluse în piramida celor cinci categorii de trebuințe, descrisă anterior, ci formează o piramidă separată, în care trebuința de a ști e inferioară celei de a înțelege. Piramida trebuințelor cognitive funcționează în același fel ca și trebuințele celor cinci

categorii de trebuințe - trebuința inferioară trebuie să fie parțial satisfăcută, pentru ca cea superioară ei să apară.

Cele două piramide ale trebuințelor interacționează între ele, trebuințele de autoactualizare apărând doar dacă trebuințele cognitive au fost parțial satisfăcute. Trebuințele cognitive apar încă din copilărie, sub forma unei curiozități ce se manifestă spontan, deși, prin educație, adesea se cere copiilor să-și inhibe această curiozitate. Nesatisfacerea trebuințelor cognitive e la fel de dăunătoare ca și nesatisfacerea oricărei alte categorii de trebuințe, putând încetini sau bloca dezvoltarea și buna funcționare a personalității. Trebuințele cognitive se manifestă sub variate forme: nevoia de analiză, de a descompune obiectele în părțile lor componente, nevoia de a experimenta - "să văd ce se întâmplă dacă fac asta" - , nevoia de a construi un sistem de teorii personale menite să explice o serie de evenimente autobiografice.

Pentru a susține caracterul real al existenței trebuințelor cognitive, Maslow aduce următoarele argumente:

1. Studii experimentale efectuate pe animale demonstrează existența comportamentului de explorare activă a mediului, fără vreun alt scop decât curiozitatea.
2. În cursul istoriei, au existat cazuri ale unor personalități care au căutat să obțină cunoștințe noi, chiar cu riscul vieții, punând astfel trebuințele cognitive înaintea celor de securitate.
3. Numeroase studii evidențiază faptul că adulții sănătoși sunt, în genere, atrași de ceea ce e necunoscut, misterios, neorganizat și inexplicabil.
4. În practica sa clinică, Maslow a întâlnit oameni sănătoși suferind de plictiseală sau de un dezinteres generalizat. Maslow i-a descris pe acești subiecți ca fiind oameni inteligenți care duc "o existență banală, desfășurând o profesie stupidă" și a constatat că starea acestora se îmbunătățește semnificativ în cazul în care sunt implicați în activități intelectuale provocatoare.

4.1.4. Abateri de la piramida trebuințelor

Maslow subliniază faptul că, deși piramida trebuințelor descrie structura motivațională a majorității oamenilor, există și cazuri particulare care se abat de la principiile ce guvernează structura ierarhică a acestor nevoi.

- Există oameni care, dedicându-se unui ideal sau unei convingeri, ajung să-și nege trebuințele fiziologice și pe cele de securitate. De exemplu, oameni care postesc până când mor, figuri religioase care renunță la bunurile "lumești" pentru a trăi în privațiune, persoane care se sinucid în public pentru o convingere sau un ideal social, artiști care-și periclitează sănătatea pentru a-și desăvârși opera etc. Maslow considera că aceste cazuri particulare sunt expresii ale anumitor tipuri de trebuințe de autorealizare a căror satisfacere implică renunțarea la nesatisfacerea trebuințelor inferioare. Desigur, asemenea cazuri de negare a trebuințelor primare se regăsesc doar la persoanele de vârsta adultă și numai după ce acestea au parcurs firesc toate nivelele inferioare din piramida trebuințelor.
- Maslow semnalează și posibilitatea unor inversări neobișnuite în ierarhia trebuințelor: unii indivizi acordă o mai mare importanță trebuințelor de stimă de sine care sunt mai puternice decât cele de afiliere și atașament. Ei sunt convinși de faptul că își vor putea satisface trebuințele de atașament abia după ce și-au satisfăcut nevoia de stimă, adică după ce își dobândesc sentimentul propriei valori. Această abatere e tipică persoanelor cu complexe de inferioritate și, îndeosebi, celor complexate pe tema aspectului fizic.

4.1.5. Rolul contextului sau al factorilor externi

Maslow precizează că, deși toate trebuințele sunt înnăscute și, ca atare, puternic înrădăcinate în personalitate, asupra comportamentelor prin care acestea sunt satisfăcute se regăsesc totuși efectele variabilelor contextuale. Trebuințele se manifestă în plan comportamental numai în relație cu factorii externi. Altfel spus, orice

comportament rezultă din interacțiunea factorilor interni cu factorii externi, respectiv din interacțiunea trebuințelor cu mediul. Maslow considera că impactul contextului asupra comportamentului depinde de modul în care individul percepe acel context; percepția lui poate fi mai mult sau mai puțin obiectivă. În plus, subiectul uman posedă capacitatea de a modifica, într-o oarecare măsură, contextul fizic și social în care activează, în funcție de nevoile și expectanțele sale. Pe scurt, comportamentul nostru este expresia interacțiunii dintre nevoi și contextele de satisfacere a acestora.

4.1.6. Nevoia de autorealizare (autoactualizare)

La acest ultim nivel, persoana nu mai este motivată de deficiențe, ci de nevoia de a-și "actualiza" sau de a-și împlini propriul potențial. "Un muzician trebuie să dea naștere pieselor muzicale, un artist trebuie să-și picteze pânzele, un poet să-și compună versurile dacă el ori ea vor să fie fericiți. Ceea ce un om poate deveni trebuie să devină. Pe această trebuință, Maslow a numit-o nevoia de autorealizare sau de autoactualizare" (Maslow, 1943, apud Lowry, 1973, p. 162). Este dorința "de a deveni tot ceea ce poți deveni" (Maslow, 1943, apud Lowry, 1973, p. 163). "Ființa umană devine plictisită, atunci când nevoile sale de nivel primar au fost satisfăcute și tocmai această plictiseală o motivează spre autorealizare."

Oamenii sunt foarte diferiți din punctul de vedere al potențialului ce îl dețin. Prin urmare, comportamentele lor particulare, ce sunt motivate de nevoile de autorealizare, variază sensibil de la o persoană la alta. Pentru Maslow, "Autorealizarea este, prin excelență, idiosincretică, întrucât fiecare persoană este diferită" (Maslow, 1968b, p. 33).

4.1.7. Diferențe între motivația de deficit (D-motivation) și cea de creștere, optimizare (B-motivation)

Nevoile de ordin inferior apar de timpuriu în dezvoltarea noastră ontogenetică și, de asemenea, au prerechizite puternice în perioada de început a dezvoltării filogenetice. Ele sunt vitale pentru supraviețuire și, ca atare, gratificarea lor nu suportă amânare. Nesatisfăcute, nevoile primare sunt mai stringente decât cele secundare. În

acest sens, Maslow cita frecvent un exemplu: "Respectul este un lux dispensabil, în comparație cu hrana sau siguranța" (Maslow, 1954/1987, p. 57). Lux sau nu, trebuie, totuși, să recunoaștem că satisfacerea nevoilor de ordin superior ne sporește sănătatea fizică și ne apropie mai mult de sentimentele de fericire și seninătate.

Încă din primele sale formulări teoretice, Maslow face distincție între motivație de tip D (Deficiency-motivation) și motivația de tip B (Being-motivation) sau metamotivație.

- Motivația de tip D include cele patru categorii de trebuințe de deficit: fiziologice, de securitate, de afiliere și atașament, respectiv de stimă.
- Motivația de tip B, sau metamotivația, vizează trebuințele de autoactualizare.
- Motivația de tip D mobilizează individul să își reducă un deficit organic sau psihologic și, implicit, nivelul de tensiune asociat acestuia. Fiecare trebuință de tip D, în parte, poate fi satisfăcută printr-o serie de acte ce țintesc scopuri externe subiectului. Cu alte cuvinte, motivația D implică reducerea tensiunilor și orientarea externă, spre anumite obiecte.
- Dimpotrivă, metamotivația vizează creșterea tensiunilor și imprimă subiectului o orientare internă, spre sine – spre maximizarea propriului potențial. O persoană metamotivată nu se mobilizează spre atingerea unui anumit scop, ci se află într-o stare de autodezvoltare, urmărind maturarea și obiectivarea propriilor capacități.

Dacă am forța puțin lucrurile și am face o analogie între motivație și rezolvarea de probleme, atunci putem spune că între motivația D și metamotivație există aceleași diferențe, ca și între rezolvarea unei probleme și punerea de noi probleme.

Maslow stabilește o listă de metatrebuințe ce reprezintă stări de existență spre care se orientează persoanele metamotivate. Aceste metatrebuințe, în funcționarea lor, se aseamănă mult cu trebuințele D, în sensul că netrăirea lor e la fel de dăunătoare, ca și nesatisfacerea trebuințelor primare. Maslow ne reliefează, însă, și principala particularitate. Astfel, dacă nesatisfacerea trebuințelor D conduce la stări de frustrare, ale căror cauze sunt explicit accesibile individului, netrăirea metatrebuințelor conduce la instalarea unor frustrări nespecifice ale căror cauze nu pot fi conștientizate de către subiect.

Tabelul 4.1. Exemple ilustrative de metatrebuințe și tipologia metapatologiilor ce emerg din netrăirea acestora.

METATREBUINȚE	METAPATOLOGII
1. nevoia de adevăr	neîncredere, cinism, scepticism
2. nevoia de generozitate	ură, repulsie, dezgust, încredere doar în propria persoană
3. nevoia de frumos	vulgaritate, nestatornicie, distanțare
4. nevoia de unitate și integritate	dezintegrare
5. nevoia de a depăși gândirea dihotomică	gândire de tip alb-negru, perspectivă simplistă asupra vieții
6. nevoia de a fi activ, de dinamicitate	robotizare, lipsă de voiciune, lipsă de entuziasm, sentimentul zădărniciei
7. nevoia de unicitate	sentimentul pierderii individualității, sentimentul trăirii în anonimat
8. nevoia de perfecțiune	pesimism, disperare
9. nevoia de a surprinde esențialitatea	haos, incapacitatea de a face predicții
10. nevoia de desăvârșire și de a finaliza lucrul început	disperare, reacții de abandon, imitare
11. nevoia de dreptate	cinism, furie, egoism, rebeliune, neîncredere
12. nevoia de ordine	insecuritate, pierderea siguranței și a predictibilității
13. nevoia de simplitate	hipercomplexitate, confuzie, lipsă de coerență, dezorientare
14. nevoia de împlinire	depresie, dezinteres generalizat
15. nevoia de odihnă	oboseală, nervozitate, încordare, stângăcie
16. nevoia de joc	depresie, tendințe paranoice, întristare, pierderea entuziasmului
17. nevoia de încredere în sine	neasumarea responsabilităților
18. nevoia de semnificație, de a avea un scop	rutinizare, disperare, sentimentul că viața nu are sens

Această frustrare, ce rezultă din netrăirea metatrebuințelor, Maslow o numește metapatologie. Metapatologia este o tulburare nespecifică, în care subiectul se poate simți singur, neajutorat, deprimat, disperat sau neînțeles de ceilalți, fără a cunoaște cauza sau vreo modalitate-scop prin care să-și diminueze suferința. Tabelul 4.1. condensează, pe cele două coloane ale sale, exemple ilustrative de metatrebuințe și, respectiv, tipologia metapatologiilor ce emerg din netrăirea acestora.

Ar fi tentant să interpretăm teoria lui Maslow într-un mod simplist: fiecare nevoie prevalează/domină, până când este satisfăcută și apoi dispare. Aceasta ar însemna că apariția nevoii de autorealizare este strict condiționată de satisfacerea completă a nivelelor motivaționale inferioare ei. Maslow ne avertizează de eroarea acestei interpretări. El argumentează faptul că elemente esențiale ale autorealizării apar o dată cu dezvoltarea nivelurilor primare ale ierarhiei (Maslow, 1968, p. 26). Curiozitatea, propensiunile creative și talentul, spune el, sunt elemente componente ale autorealizării.

Trebuie să acceptăm, astfel, faptul că tendințele de autorealizare ne motivează mai mult sau mai puțin de-a lungul întregii vieții. Nu devenim, însă, dominați de ele până când, și doar dacă, ne satisfacem mai întâi celelalte niveluri motivaționale ale ierarhiei.

4.1.8. Autorealizarea (Self – actualization)

Maslow a preferat denumirea de "autorealizare" în detrimentul celei de "sănătate psihologică". Denumirea lui se referă la deplina dezvoltare a potențialului uman, bazată pe natura noastră biologică. Spre deosebire de termenul de "ajustare", conceptul său nu semnifică adaptarea (ajustarea) la un anumit context cultural. Maslow sugera că, în loc să ne referim la "boală", ar trebui mai degrabă, cel puțin în psihologie, să descriem persoanele în termeni de "diminuare sau stopare a dezvoltării umane". În acest sens, însăși psihoterapia ar avea nevoie de o terminologie specifică (Maslow, 1968b, p. VII). Din perspectiva lui, boala apare doar atunci când persoana își neagă potențialul, acționând împotriva propriei naturi.

Odată ce nevoile primare ale unei persoane au fost satisfăcute, motivația sa este direcționată spre autorealizare. Iată cum o definea Maslow în 1968: "Actualizarea continuă a potențialelor, capacităților și talentelor unui individ, ca expresie a împlinirii unei misiuni (ori chemări, destin, vocații) și ca o deplină cunoaștere și acceptare a naturii intrinseci a persoanei și ca o continuă mișcare către unitate, integrare ori sinergie intrapersonală" (Maslow, 1968b, p. 25).

Maslow precizează că un număr foarte mic, aproximativ 1% din populație, atinge nivelul trebuințelor de autoactualizare. Cu toate acestea, el era convins că psihologia ar trebui în primul rând să studieze, cele mai sănătoase, mai dezvoltate persoane dacă dorește într-adevăr să cunoască potențialul uman. Trebuie să recunoaștem, spunea Maslow, că "persoanele sănătoase sunt atât de diferite de cele modale, încât, indiferent de dorința noastră, am avea de-a face cu două tipuri net distincte de psihologie. Astfel, devine din ce în ce mai clar faptul că studiul specimenelor infirme, imature și nesănătoase nu pot contura decât o psihologie și o filozofie infirmă. Studiul persoanelor autorealizate (pe care Maslow le mai numea și metamotivate) trebuie să devină baza pentru dezvoltarea unei psihologii universale." (Maslow, 1954, 1987, p. 149).

Dintre figurile publice, Maslow i-a ales pe Abraham Lincoln și Thomas Jefferson ca persoane care, "aproape sigur", au fost autorealizate. Acestora le-a adăugat alte șapte personalități, "probabil" împlinite: Albert Einstein, Eleonor Roosevelt, Jane Addams, William James, Albert Schweitzer, Aldous Huxley și Benedict de Spinoza. Numirea unor indivizi, ca exemple ilustrative de sănătate mentală, este mult mai instructivă pentru cititori, întrucât prototipurile sunt mai ușor de reprezentat decât conceptele abstracte. Este, însă, și o strategie riscantă. Spre exemplu, Shostrom (1972), adresându-se în scrierile sale publicului larg, îl considera pe Richard Nixon, care atinse atunci apogeul prestigiului prezidențial, un exemplu de autorealizare; foarte curând, însă, scandalul Watergate avea să-l compromită dureros (Anderson, 1975; Shostrom, 1975). Conceptul de "autoactualizare" este greu de definit cu acuratețe.

Psihologii pot uşor greşi când etichetează oameni de succes ca autorealizaţi, cu atât mai mult cu cât mulţi dintre aceştia sunt departe de autorealizare. Tocmai din acest motiv, Maslow ne îndeamnă la prudenţă ori de câte ori suntem tentaţi să facem asemenea etichetări.

Caracteristicile persoanei autorealizate

Bazându-se pe rezultatele unor observaţii sistematice, Maslow a relevat o serie de caracteristici cu ajutorul cărora am putea "diagnostica" persoanele autoactualizate.

1. *Percepţia eficientă a realităţii*

În cazul acestor persoane, percepţia realităţii – atât cea a obiectelor, cât şi cea socială – este mai puţin distorsionată de factori subiectivi, precum: temeri, trebuinţe, prejudecăţi. Maslow a numit această percepţie, înalt obiectivizată, cogniţie de tip B (B -cognition).

Persoanele autoactualizate au "o abilitate neobişnuită de a detecta falsitatea, făţărnicia şi lipsa de onestitate a semenilor dar şi capacitatea de a judeca corect şi eficient oamenii" (Maslow, 1954/1987, p. 128). Ei pot fi mai puţin induşi în eroare de propriile lor mecanisme defensive, dorinţe, expectanţe sau stereotipii. Mai mult, asemeni eroilor din basme, ei pot vedea dincolo de aparenţe. Acurateţea lor provine, probabil, din faptul că ei nu sunt înfricoşaţi de necunoscut şi că focalizarea lor nu este îngustată de trebuinţe nesatisfăcute (Maslow, 1955).

2. *Acceptare (toleranţă)*

Aceasta se referă la atitudinea de acceptare a propriei persoane, a altora şi a naturii umane în genere. Aceste persoane îşi acceptă propria natură cu toate slăbiciunile şi calităţile ei, fără a încerca să o falsifice sau distorsioneze, şi fără a se ruşina sau învinovăţi excesiv pentru propriile erori sau imperfecţiuni. Ei adoptă aceeaşi atitudine de acceptare şi faţă de slăbiciunile ori păcatele altora.

3. *Spontaneitate*

Comportamentul lor este simplu, deschis, direct şi natural, refuzând să adopte, asemeni majorităţii, măştile înşelătoare ale diverselor roluri sociale. Aceste persoane nu îşi ascund sentimentele sau emoţiile şi nu pretind niciodată a fi ceea ce nu sunt. Ei sunt foarte individualişti în ideile şi idealurile lor, dar niciodată neconvenţionali prin comportamentul lor. Reuşesc realmente să fie ei înşişi, fără a fi agresivi ori rebeli.

Spontaneitatea le derivă din apropierea de propriile impulsuri şi experienţe subiective. Ei nu se ascund în spatele unor măşti sociale. Studiile au relevat că, spre deosebire de bărbaţi, la femeile în vârstă, autoactualizarea (evaluată prin "Chestionarul Orientării Personale" – Personal Orientation Inventory) şi impulsivitatea sunt pozitiv corelate (Plouffe & Bravelle, 1989).

4. *Centraţi pe problemă*

Persoanele autoactualizate au tendinţa de a se focaliza mai degrabă pe probleme decât pe propria persoană. Aceste persoane au simţul datoriei, capacitatea de a se dedica integral unor activităţi vocaţionale, muncind cu sârg şi având mari satisfacţii. Ele îşi aleg profesia, nu în funcţie de beneficiile materiale, faima sau puterea pe care le pot dobândi, ci în funcţie de aptitudinile pe care le au; în acest mod, profesia aleasă le permite satisfacerea metatrebuinţelor. De exemplu, un scriitor sau un om de ştiinţă îşi satisface trebuinţa de adevăr prin profesia aleasă, tot astfel, un artist îşi satisface nevoia de frumos, un avocat nevoia de dreptate etc. În ceea ce ei fac nu primează niciodată banii, faima sau puterea, ci faptul că pe această cale îşi gratifică metatrebuinţele, îşi provoacă şi, deopotrivă, dezvoltă abilităţile, ceea ce concură la sporirea potenţialului investit, dar şi la definirea propriei identităţi.

Dedicaţia pentru muncă, pentru vocaţie, ori simţul datoriei, constituie elementul esenţial al propriei actualizări, consideră Maslow. El crede că este imposibil să devii o persoană autoactualizată, fără a dovedi mai întâi această dăruire. Tocmai aceste angajamente îi ajută pe autoactualizaţi să depună eforturi uriaşe în munca lor, dar şi să obţină satisfacţii extraordinare de pe urma ei.

5 *Nevoia de intimitate şi independenţă*

Aceste persoane sunt capabile să trăiască izolat de semenii lor lungi perioade de timp, fără să le fie în vreun fel periclitată sănătatea psihică. Pe de altă parte, ei au, prin natura lor, nevoie de mai multă solitudine decât indivizii modali. În activităţile desfăşurate, îşi asumă integral responsabilitatea, neavând nevoie de sprijinul sau de suportul altora. Acest înalt grad de independenţă sau de autonomie faţă de semeni îi poate face să pară neprietenoşi şi distanţi, deşi nu aceasta este intenţia sau dorinţa lor. Pur şi simplu, ei sunt mult mai autonomi decât majoritatea oamenilor şi nu au nevoie de ajutor sau suport din partea acestora.

Mai mult decât ceilalţi, persoanele autoactualizate se bucură de intimitate. Maslow a formulat ipoteza că ei ar suporta mai uşor decât majoritatea experienţele de deprivare senzorială. Ei sunt capabili de un înalt nivel de concentrare şi se decid singuri mai degrabă decât îi lasă pe ceilalţi să decidă în locul lor.

6 *Prospeţimea aprecierilor*

Aceste persoane au abilitatea de a percepe şi experimenta lumea şi lucrurile din preajma lor cu o perpetuă prospeţime, admiraţie şi mirare. Cei mai mulţi dintre noi ne pierdem treptat interesul pentru mai tot ce intră în alcătuirea experienţelor noastre cotidiene. Persoanele actualizate, în schimb, sunt în măsură să se bucure de apusul soarelui, de pastelul unei flori sau de ritmul cald al unei simfonii, cu acelaşi entuziasm pe care l-au avut când le-au perceput pentru prima oară. Sentimentul de respect şi curiozitatea faţă de viaţă rămâne permanent trează la aceste persoane.

7 *Experienţe de vârf ("Peak experiences")*

Cea mai cunoscută caracteristică, descrisă de Maslow, rămâne capacitatea de a trăi experienţe mistice, pe care el le-a numit "experienţe de vârf". Maslow le-a descris ca: "sentimente ale unor orizonturi nelimitate care se deschid viziunii, sentimentul de a fi simultan mai puternic şi mai neajutorat decât ai fost vreodată, sentimentul de intens extaz, minune şi teamă respectuoasă, lipsa coordonării spaţiale şi temporale, convingerea că ceva extrem de important şi valoros tocmai s-a întâmplat, astfel încât subiectul este supus unor

transformări şi capătă mai multă putere chiar în viaţa cotidiană, ulterioară acestor experienţe." (Maslow, 1954/1987, p. 137).

O serie de evenimente pot declanşa astfel de experienţe. Ele sunt uneori răspunsul unor impulsuri naturale, alteori, însă, sunt expresia unor experienţe religioase. Nu toţi oamenii autoactualizaţi trăiesc astfel de experienţe. Pe cei ce beneficiază de asemenea experienţe, Maslow i-a numit "Vârfuri" ("Peakers"). Aceştia sunt mai poetici, mai muzicali, filozofi şi mai religioşi. Non–peakerii sunt, în schimb, mai practici, profesând în mediul social, în reformă, politică sau alte domenii. Maslow se pare că avea mai multă admiraţie pentru "peakers", pe care îi numea "transcendentali", spre deosebire de "non-peakers", pe care îi considera "doar sănătoşi" (1954/1987, p. 138).

Oamenii, de regulă nu-şi destăinuie experienţele lor de vârf, întrucât ele sunt foarte personale (Davis, Lockwood & Wright, 1991). Privette (1983, 1985, 1986) observa că descrierile oamenilor, legate de "experienţele de vârf", prezintă diferite caracteristici: "bucurie, împlinire şi sens ultim... şi pentru alţii semnificaţie spirituală; ... claritatea procesului marcat de absorbţie, intenţie, sentiment de sine, libertate şi spontaneitate (Privette, 1986, p. 241). Studenţii şi artiştii, în ciuda diferenţelor de vârstă şi a celor legate de evenimentele declanşatoare, relatează experienţele de vârf în termeni similari (Yeagle, Privette & Dunham, 1989). Sunt aceste experienţe de vârf, prin simpla lor trăire, un lucru extraordinar? Se pare că nu. Descrierile pe care subiecţii le fac experienţelor de vârf sunt diferite de cele ale "performanţelor de vârf" în care ei prestează excelent (Privette &Bundrick, 1987). Gordon (1985) relata experienţele de vârf ale subiecţilor, care se centrau pe experienţe de comunicare interpersonală. Aceste încercări de a cuantifica experienţa subiectivă sunt recomandabile, dar nu este clar dacă acestea definesc ceea ce numea Maslow experienţe de vârf şi pe care el le considera ca fiind trăsătura definitorie a autoactualizării. Un pattern diferit de experienţă, care corespunde mai bine descrierii pe care Maslow o face experienţei de vârf, poate fi găsit printre cei care practică yoga ashram (S.R. Wilson & Spencer, 1990).

Ipoteza lui Maslow cu privire la raritatea şi statutul experienţelor de vârf, ca reper al înaltei dezvoltări individuale, necesită mai multe dovezi empirice. El nu a pretins că numai

persoanele autorealizate pot beneficia de experiențe de vârf, dar era convins că aceste experiențe sunt mult mai frecvente la astfel de indivizi (Daniels, 1982; Maslow, 1968b, 1969). Stamatelos pretindea că aceste experiențe de vârf pot fi experimentate chiar și de persoane întârziate în creșterea lor. Poate că aceste cazuri se află printre excepțiile pe care Maslow le nota când a remarcat că nu toate experiențele de vârf sunt cu adevărat cogniții de optimizare care, afirma el, sunt dovada autorealizării (Maslow, 1968b, p. 100).

Experiențele de vârf relatate sunt corelate cu sugestibilitatea hipnotică și dragostea romantică (Mathes, 1982). Cercetări suplimentare asupra stărilor alterate de conștiință, pe care Maslow le include în categoria experiențelor de vârf, în relație cu sănătatea mentală, ar putea răspunde chestiunilor nerezolvate încă. Aceasta, cu atât mai mult cu cât se pare că persoanele oprite la un nivel scăzut al dezvoltării sunt prea rigide pentru a experimenta stări alterate de conștiință.

Cu referire la aceleași experiențe de vârf, Maslow face adesea trimiteri la ceea ce el numește "extazul metamotivațional". Extazul metamotivațional e un moment de trăire intensă în care subiectul e cuprins de admirație profundă, încântare, și care apare în contextul unei anumite activități. Spre deosebire de extazul mistic, indus prin practici religioase, în cursul căruia are loc pierderea controlabilității, transcenderea sinelui, dincolo de perceptibilitate, în extazul metamotivațional, subiectul devine extrem de îndrăzneț, hotărât și plin de inițiativă. Maslow nota că "orice apropiere de absolut tinde să producă subiectului angajat în atingerea acestuia, un extaz metamotivațional". Extazul metamotivațional poate să apară în contextul oricărui domeniu de activitate, putând fi trăit nu doar de scriitori, artiști sau oameni de știință, ci și de educatori, politicieni, oameni de afaceri etc.

De altfel, în funcție de cantitatea și calitatea trăirilor de extaz metamotivațional, Maslow a făcut distincție între cele două categorii de persoane autoactualizate: peakers și non-peakers. Peakers, "oameni ai vârfurilor" – trăind mai intens și mai frecvent extazul – tind să fie mai idealiști; în schimb, nonpeakers – cu trăiri mai moderate și mai rare ale extazului – tind să fie mai pragmatici.

De asemenea, Maslow considera că și persoanele care nu au atins nivelul metamotivational pot trăi experiențe oarecum similare, însă mult mai rar decât cele metamotivate.

8 *Interesul social*

Maslow a împrumutat de la Adler conceptul de interes social pentru a desemna sentimentele de simpatie și empatie pe care aceste persoane le au față de umanitate, în genere. Într-o formulă plastică, Maslow prezintă acest interes social ca pe "atitudinea unui frate mai mare față de semenii săi".

9 *Relațiile interpersonale*

Cu toate că cercul lor de prieteni este foarte restrâns, persoanele metamotivate trăiesc mult mai intens și mai profund prietenia decât ceilalți. Maslow vorbește despre două categorii de relații de prietenie pe care le întrețin aceste persoane:

- prietenii cu cei asemenea lor – sunt relații reciproce;
- prietenii cu admiratori sau cu discipoli ai lor – sunt relații univoce, în sensul că, de regulă, aceștia din urmă cer mai mult în plan afectiv decât sunt capabili să primească sau să ofere.

Persoanele autoactualizate sunt capabile "de mai multă empatie și dragoste, perfectă identificare, mai mare extindere a limitelor eu-lui, comparativ cu ceea ce alți oameni consideră limita acestuia"(Maslow, 1954/1987, p. 140). Ei sunt, totuși, discriminativi, căutând alți oameni autoactualizați, astfel încât ei preferă relații profunde cu un număr mic de oameni, decât relații numeroase, dar superficiale. Tind, de asemenea, să atragă admiratori care pot să devină devotați, chiar discipoli. Cu toate acestea, persoanele autoactualizate nu încurajează această reverență.

10 *Modestie și respect*

Persoanele metamotivate sunt tolerante, fără prejudecăți rasiale, religioase sau sociale. Sunt persoane deschise și modeste, mai mult democratice decât autoritare și nu insistă în a-și menține un statut superior celorlalți.

Etica şi valorile

Persoanele autoactualizate au puternice standarde etice, deşi normele lor nu sunt asemenea celor convenţionale legate de dihotomia bine – rău. Ei nu sunt preocupaţi de ceea ce Maslow numea chestiuni etice triviale, ca "jocul de cărţi, dansul, rochiile scurte, expunerea sau nu a capului (în diferite biserici), consumarea vinului, a unui anumit fel de carne şi nu a altuia, ori consumarea lor doar în anumite zile" (Maslow, 1954/1987, p. 147). Valorile lor emerg din acceptarea naturii umane şi a propriei naturi, incluzând potenţialul lor unic.

Creativitate

Persoanele metamotivate manifestă un înalt nivel de originalitate şi creativitate în toate aspectele existenţei lor, însă nu e necesar să-şi obiectiveze creativitatea în plan artistic.

Creativitatea este caracteristica pe care Maslow o considera prezentă la toţi subiecţii autorealizaţi. El nu folosea termenul de "creativitate" în sensul obişnuit. Această creativitate nu implică cu necesitate un produs creativ, precum o operă de artă sau muzicală care, în interpretarea lui Maslow, era rezultatul "unui talent special" care diferă de "creativitatea autoactualizatoare" (Maslow, 1954/1987, p. 160). "Pot exista pantofari creativi sau dulgheri şi clerici... Cineva poate vedea creativ comportamentul unui copil" (Maslow, 1954/1987, p. 143). Creativitatea persoanei autoactualizate provine firesc din alte caracteristici: spontaneitate, rezistenţă la enculturaţie, eficienţa percepţiei etc. Ea este o capacitate a tuturor copiilor, dar este pierdută de mulţi dintre noi, deoarece nevroza şi ceea ce psihanaliştii numesc procesele secundare dezintegrează creativitatea timpurie (Maslow, 1958).

Cercetările confirmă predicţia lui Maslow, arătând corelaţii între măsura autoactualizării şi creativităţii, evaluată în funcţie de creativitatea producţiilor literare, dar şi a proiectelor de artă (Buckmaster & Davis, 1985). Maslow ar insista pe o definiţie operaţională mai largă a creativităţii.

Rezistenţa la enculturaţie

Sunt persoane independente, autonome care rezistă la presiunile culturale şi sociale prin care se impune un anumit mod standardizat de gândire şi de conduită. Nu sunt persoane rebele care

se opun deliberat normelor culturale sau codurilor sociale, însă, în cazul persoanelor metamotivate, ponderea factorilor (motivaţionali) e mult mai mare decât cea a factorilor externi în determinarea conduitei.

Prin aceasta, Maslow înţelegea că persoanele autoactualizate nu se "ajustează" la societate în dauna propriului caracter, ci mai degrabă "menţin o anumită detaşare interioară faţă de cultura din care provin" (Maslow, 1954/1978, p. 143). Ei sunt convenţionali când situaţia o cere, dar este o adaptare superficială care lasă loc liber naturii lor autonome.

Persoanele autoactualizate ar trebui să fie mai puţin afectate de presiunile sociale decât ceilalţi. Cercetările au dovedit că, în cazul studenţilor care au obţinut un scor scăzut la autorealizare, performanţa lor la un test de raţionament era sensibil influenţată de experienţele prin care ei se încredinţau că se vor descurca bine sau slab. În schimb, cei cu un scor înalt la autoactualizare erau mai puţin influenţaţi de experienţele sociale (Bordages, 1989).

Rezolvarea dihotomiilor

Persoanele autoactualizate nu privesc lucrurile din perspectiva "sau-sau", aşa cum majoritatea obişnuiesc să o facă. Maslow a oferit exemple de dihotomii care nu mai constituiau opoziţii pentru persoanele autorealizate. Printre acestea se aflau şi dihotomiile raţiune – emoţie, egoism – altruism, seriozitate – amuzament, activ – pasiv, masculin – feminin (Maslow, 1954/1987, p. 149). În loc să considere un conflict între ceea ce este bun pentru individ şi ceea ce serveşte celorlalţi, cei doi termeni ai dihotomiei operează împreună, sinergic (Maslow, 1964). Această fuziune a interesului propriu cu cel social poate surveni şi la un nivel cultural, conducând la o societate mai bună sau, dacă ar fi să folosim termenul lui Maslow, la "Eupsychia" (Maslow, 1964).

Toate aceste caracteristici enumerate reflectă concepţia lui Maslow conform căreia cei metamotivaţi sunt superiori celorlalţi. Totuşi, Maslow precizează faptul că, înainte de toate, sunt şi ei

oameni, prin urmare pot prezenta aceleaşi imperfecţiuni şi slăbiciuni ca toţi ceilalţi. Astfel, şi cei metamotivaţi pot fi uneori nepoliticoşi, nemiloşi, pot manifesta multă răceală în relaţiile interpersonale, pot fi stăpâniţi de conflicte, pot trăi momente de nesiguranţă, de teamă, de vinovaţie, de ruşine etc. Maslow susţine, însă, că asemenea momente de slăbiciune sunt, totuşi, mult mai puţin frecvente şi mai puţin intense în cazul metamotivaţilor decât a celorlalţi.

Lista caracteristicilor persoanelor autoactualizate, realizată de Maslow, a servit pentru cei ce l-au urmat drept o descriere a sănătăţii mentale, a ceea ce oamenii pot deveni dacă îşi dezvoltă propriul potenţial. Mittelman (1991) a interpretat aceste caracteristici ca fiind consecinţe ale unei personalităţi "deschise", în sensul achiziţionării de informaţie şi experienţă în mod nondefensiv. Mittelman a sugerat că această interpretare arată interconectarea internă a caracteristicilor persoanelor autoactualizate prezentate de Maslow.

Obstacole ale autoactualizării

Dacă autoactualizarea este un potenţial înnăscut, de ce nu este universal dezvoltată? Fiinţele umane se confruntă frecvent cu situaţii în care trebuie să aleagă între creştere şi siguranţă. Opţiunea lor pentru satisfacerea nevoii de securitate este atrăgătoare, însă numai opţiunea dezvoltării ne îndreaptă spre autorealizare. Maslow a identificat câteva cauze posibile ale eşuării în autoactualizare.

O primă cauză ar reieşi din poziţia în ierarhie a acestor trebuinţe; cu cât o trebuinţă se află pe un nivel mai înalt al piramidei, cu atât ea este mai fragilă. Trebuinţele de autoactualizare, fiind situate în vârful piramidei, sunt cele mai vulnerabile şi, astfel, pot fi foarte uşor inhibate de un mediu ostil care face dificilă satisfacerea trebuinţelor inferioare, cum sunt cele de stimă, de ataşament sau chiar de securitate sau cele fiziologice. De asemenea, apariţia metatrebuinţelor poate fi uşor inhibată printr-o educaţie neadecvată. De exemplu, în cultura noastră, băieţii sunt încurajaţi să-şi inhibe trăirile afective şi sensibilitatea, fapt ce împiedică dezvoltarea integrală a personalităţii lor. De asemenea, în educaţie se insistă pe

dezvoltarea doar a câtorva aptitudini şi priceperi şi se descurajează orice încercare a copilului de a-şi analiza şi dezvolta noi aptitudini pentru care nu dispune de un potenţial ereditar maximal sau pentru care mediul socio-cultural nu permite obţinerea unor recompense materiale.

O altă cauză a eşecului metamotivaţional ar fi complexul lui Jonah. Explicarea acestui complex se sprijină pe ideea conform căreia conştientizarea oricărui potenţial propriu declanşează deopotrivă teamă şi dorinţă de dezvoltare a acelui potenţial, însă, de regulă, reacţiile de teamă primează. Aceasta, întrucât eşecul într-o situaţie e mai uşor de suportat în cazul în care subiectul e conştient de faptul că nu şi-a dezvoltat maximal abilităţile corespunzătoare acelei situaţii decât dacă ştie că şi-a desăvârşit abilităţile respective. De exemplu, un elev acceptă mai uşor nota 4 la un examen pentru care a învăţat superficial sau deloc, decât aceeaşi notă la un examen pentru care a învăţat la un randament maxim.

A treia cauză a absenţei metatrebuinţelor e lipsa unei doze de curaj necesar. Autoactualizarea necesită efort, disciplină, autocontrol, multă muncă, uneori epuizantă. E cu certitudine mai uşor şi mai protectiv să rămâi acolo unde eşti (în dezvoltarea ta) decât să cauţi schimbarea. Ai nevoie de mult curaj pentru a renunţa la siguranţă, rutină sau la toate acele comportamente şi atitudini îndelung exersate. Motivaţia din copilăria timpurie are un rol decisiv în inhibarea sau activarea ulterioară a metatrebuinţelor. Atât o educaţie ce acordă o prea mare libertate, cât şi una ce impune prea multe restricţii sunt la fel de dăunătoare pentru desăvârşirea ulterioară a dezvoltării. În acest sens, Maslow recomandă să-i oferim copilului o "libertate între limite".

Focalizându-se pe scopul procesului evolutiv, teoria lui Maslow neglijează câteva aspecte importante. Ea pune accent pe produsul autoactualizării, dar dă o mică atenţie procesului evolutiv care duce la acest produs (Olds, 1955). Ca teorie, modelul lui Maslow adoptă o metaforă biologică care are propriile limite. El tinde, prin acest model, să micşoreze importanţa eului social, ca şi

cum singurul eu real ar fi cel care emerge biologic (Daniels, 1988; Geller, 1982; S.R. Wilson, 1988).

Glosar

(Scala) Suporturilor direcţionate - scală a Chestionarului Orientării Intern Personale, care măsoară tendinţa unei persoane de a obţine auto – suport sau suport de la alţii.

"A treia forţă" - termenul lui Maslow pentru teorie lui, ce pune accent pe opoziţia ei faţă de psihanaliză şi behaviorism.

"Competenţă de timp" - o scală a Chestionarului Orientării Personale care măsoară preocuparea de prezent a unei persoane, mai mult decât de trecut sau viitor.

Auto-actualizare - dezvoltarea şi împlinirea potenţialului şi capacităţilor inerente ale unui individ; similar cu actualizarea din teoria lui Rogers. Cel mai înalt nivel din ierarhia nevoilor umane, prin urmare şi cea mai dificil de recunoscut şi de identificat.

Centrare – pe – metodă - o abordare ştiinţifică ce accentuează importanţa procedurii faţă de conţinut.

Centrare – pe – problemă - o abordare ştiinţifică ce accentuează importanţa conţinutului problemei faţă de procedură.

Centre de dezvoltare - locuri în care oamenii se întâlnesc pentru a trăi experienţa dezvoltării complete a potenţialului lor (ex: Esalen).

Complexul lui Jonah - evitarea dezvoltării complete a propriului potenţial din credinţa imposibilităţii realizării unui lucru foarte important.

Cunoaşterea experenţială - cunoaşterea izvorâtă din propria experienţă.

Desacralizare - pierderea sentimentului de sacru sau spiritual.

Dragoste – B (dragoste de creştere) - dragoste neposesivă, caracteristică persoanei autoactualizate.

Dragoste – D (dragoste de deficit) - dragoste egoistă, caracteristică unei persoane care nu este autoactualizată (împlinită).

Eupsychia - o societate utopică, în care nevoile individuale şi ale societăţii sunt satisfăcute şi dezvoltarea individului este susţinută.

Experienţe de vârf - stări mistice de conştiinţă, caracteristice marii majorităţi (dar nu tuturor) oamenilor autoactualizaţi, persoanelor autorealizate.

Ierarhie a nevoilor - progresie ordonată a motivelor de la nevoile fizice bazale până la motivele celor mai dezvoltate fiinţe umane.

Instinctoid - slab, instinctiv; motive instinctoide – motive instinctive, slabe, caracteristice oamenilor.

Metamotivat - motivat de nevoile din topul ierarhiei nevoilor.

Mişcarea potenţialului uman - curent social de susţinere a dezvoltării complete a individului, reflectată în influenţarea centrelor de creştere şi în transformarea instituţiilor sociale.

Motivaţia dezvoltării - nevoia de dezvoltare şi împlinire a potenţialului intern sănătos al unei persoane, inclusiv.

Motivaţie de deficit (deficiency motivation) - motivaţia de la nivelurile inferioare ale dezvoltării.

Motivaţie de dezvoltare - nivel înalt al motivaţiei în care nevoia de autoactualizare predomină.

Nevoi instinctuale - impulsuri instinctuale înnăscute, dar foarte slabe, care reprezintă esenţa naturii umane, dar care sunt uşor copleşite de forţele mai puternice ale învăţării şi culturii.

Nevoi/ Trebuinţe fiziologice - foame, sete, sex, oxigen, eliminare şi somn. Nivelul bazal în ierarhia trebuinţelor umane.

Nevoia de siguranţă - nevoia de a avea un mediu stabil, predictibil şi fără anxietate şi haos. Al doilea nivel în ierarhia nevoilor umane.

Nevoia de stimă şi statut - nevoia de a obţine recunoaştere şi respect din partea altor persoane, şi de a atinge nivelul de control al mediului. Al patrulea nivel în ierarhia nevoilor umane.

Nevoie primară - o nevoie de deficit fundamental prepotentă - cea mai puternică, la un moment dat; se spune despre o nevoie că este prepotentă când nu este satisfăcută.

Nevoile de apartenenţă şi iubire - nevoia de relaţii de prietenie şi de afecţiune cu alte persoane. Al treilea nivel în ierarhia nevoilor umane.

Teoria umanistă - o teorie a personalităţii care accentuează aspectele sănătoase şi constructive ale naturii umane, şi respinge constructe cum sunt modelul structural al lui Freud şi natura nocivă şi depersonalizantă a determinismului.

4.2. MODELUL CENTRAT PE PERSOANĂ AL LUI ROGERS

Carl Rogers este iniţiatorul unei abordări psihoterapeutice celebre, cunoscută iniţial ca terapia nondirectivă sau centrată pe client, iar, mai recent ca terapia centrată pe persoană. Acest tip de psihoterapie a generat numeroase cercetări şi a cunoscut vaste aplicaţii. În tratamentul tulburărilor psihice, terapia rogersiană este, probabil, la fel de populară, precum psihanaliza freudiană.

Teoria lui Rogers, ca şi cea a lui Maslow, îşi are originile în principiile psihologiei umaniste. De altfel, Rogers şi Maslow s-au influenţat reciproc în ceea ce au scris. Într-un anumit sens, Rogers a extins principiile psihologiei umaniste şi le-a aplicat în relaţia terapeut-pacient, atunci când şi-a dezvoltat terapia sa nondirectivă, pe atunci o metodă de tratament extrem de nouă.

Ca şi în cazul altor teoreticieni, teoria lui Rogers asupra personalităţii a fost în mod constant dezvoltată şi revizuită. Iniţial, această teorie nu viza în mod explicit personalitatea, ci se referea mai degrabă la psihoterapie şi la procesul schimbării. Ulterior, însă, ea a dat naştere unei teorii despre personalitate. Prezentăm, în continuare, teoria lui Rogers, pentru că ea este exemplul tipic de **abordare fenomenologică**, arătând de ce oamenii pot fi înţeleşi – şi chiar

trebuie înţeleşi – prin intermediul modului în care se percep pe ei înşişi, precum şi lumea din jurul lor. Prezentăm teoria lui Rogers şi pentru faptul că ea atrage atenţia asupra conceptului de *sine* şi asupra experienţelor relaţionate cu propria persoană. Ea ilustrează, în acelaşi timp, efortul conştient, orientat spre îmbinarea intuiţiei clinice cu cercetarea obiectivă. Preocuparea lui Rogers pentru experienţa umană, importanţa acordată faptului de a fi o fiinţă umană completă, împlinită, a avut un impact enorm în pregătirea consilierilor, profesorilor şi directorilor de firme. Viziunea lui asupra persoanei este exprimată cu claritate, în opoziţie cu cea a lui Freud, şi e în mod evident relaţionată cu poziţia lui faţă de terapie şi cercetare. În final, întregul spirit al teoriei şi al teoreticianului sunt un rezultat al aderării lui Rogers la mişcarea "potenţialul uman".

Deşi tendinţa psihologiei americane este de a încuraja mai ales cercetarea obiectivă, cantitativă, prin investigarea unor populaţii largi de subiecţi, teoria rogersiană este un rezultat al muncii intense cu individul şi în sprijinul individului. De-a lungul carierei sale, Rogers a petrecut mult timp tratându-şi pacienţii şi, cel mai adesea, cercetările sale au pornit de la examinarea materialului clinic. Asemeni teoriei psihanalitice, teoria lui implică asumpţii general valabile (relevante pentru toţi oamenii), dar prezintă importanţă mai ales pentru studiul diferenţelor interindividuale şi pentru explicarea funcţionării integrale a individului uman. De exemplu, Rogers îşi manifesta interesul faţă de terapie atât ca experienţă unică a fiecărui individ, cât şi ca *proces* predictibil pentru toţi indivizii. Spre deosebire de psihanaliză, care accentuează mai ales importanţa inconştientului, teoria lui Rogers insistă asupra aspectelor conştiente ale personalităţii. Lumea fenomenală, aşa cum o percep indivizii - în primul rând în termeni conştienţi, conţine datele necesare pentru a înţelege şi a realiza predicţii asupra comportamentului. Cu toate că lumea lăuntrică a individului poate fi cunoscută doar de către acesta, psihologul poate, totuşi, realiza – asigurându-i clientului o atmosferă de sprijin psihologic – o înţelegere aproximativă a acestei lumi.

Pe scurt, acest capitol, precum şi cel care urmează vor analiza şi evalua o teorie ce insistă asupra diferenţelor interindividuale, asupra personalităţii în întregul ei şi asupra comportamentului ca funcţie a modului propriu, unic, în care indivizii îşi percep mediul şi experienţele prin care trec. Mai exact, se subliniază importanţa ce

trebuie acordată conceptului de "sine" în teoria personalității; se insistă asupra modului în care individul își percepe propria persoană și pe cei din jur, dar și asupra condițiilor în care el poate deveni un om împlinit, folosindu-și la maxim capacitățile.

4.2.1. Carl R. Rogers (1902 – 1987): repere biografice

Carl R. Rogers s-a născut în 8 ianuarie 1902, în Oak Park, Illinois (SUA). A fost crescut într-o atmosferă religioasă și morală strictă, lipsită de compromisuri. Părinții săi erau preocupați în mod constant de bunăstarea materială a copiilor, astfel încât i-au educat în spiritul respectului pentru muncă. Din relatările lui Rogers asupra primilor ani ai copilăriei sale, se pot desprinde două tendințe principale, ce se vor reflecta mai târziu și în activitatea sa profesională. Prima este legată de preocuparea pentru problemele etice, iar a doua ține de respectul pentru metodele științei. Aceasta din urmă pare a se fi dezvoltat ca urmare a eforturilor tatălui său de a-și organiza ferma pe baze științifice, dar și a lecturilor legate de agricultura științifică întreprinse de Rogers însuși.

Rogers a urmat, mai întâi, la Universitatea din Wisconsin, cursuri în domeniul agriculturii, însă, după doi ani, și-a schimbat interesele profesionale, hotărând să intre în cler. În timpul unei călătorii în Orient, în 1922, a avut ocazia de a observa și analiza manifestările diferitelor doctrine religioase, precum și ura reciprocă dintre francezi și germani pe care, dincolo de acest aspect, i-a simpatizat. Experiențele acestea l-au determinat să ia decizia de a urma un seminar teologic liberal – Union Theological Seminary din New York. Deși era preocupat de probleme privind sensul pe care viața îl are pentru individ, Rogers avea îndoieli față de unele doctrine religioase, motiv pentru care părăsește seminarul pentru a lucra în domeniul educației copilului și al psihologiei clinice.

Rogers a absolvit Colegiul Pedagogic al Universității Columbia și a obținut diploma de doctor în anul 1931. Experiența lui e descrisă ca ducând către o întrepătrundere între viziunea dinamică a lui Freud și viziunea "riguroasă, științifică, rece și obiectivă,

statistică" ce domina la Colegiul Pedagogic. Se manifestau și aici două tendințe diferite, divergente chiar. Ulterior, Rogers a încercat să armonizeze aceste două tendințe, iar acei ani sunt caracterizați prin efortul de a îmbina religiosul cu științificul, intuitivul cu obiectivul, aspectul clinic cu cel statistic. De-a lungul carierei sale, el a încercat în permanență să aplice metodele obiective, științifice, la ceea ce e specific, fundamental omenesc.

> "Terapia este experiența în care pot să-mi dau frâu liber subiectivității. Pe de altă parte, cercetarea îmi oferă posibilitatea de a mă detașa, încercând să privesc cu obiectivitate această experiență subiectivă bogată, aplicând metodele elegante ale științei pentru a determina dacă m-am înșelat sau nu. Sunt din ce în ce mai convins că vom descoperi legi ale personalității și comportamentului la fel de semnificative pentru progresul omului și al relațiilor interumane, cum au fost legea gravitației sau legile termodinamicii pentru fizică."
>
> Rogers, 1961a, p. 14.

În cazul lui Rogers, teoria, omul și viața sunt intercorelate. În capitolul "This Is Me" ("Acesta sunt eu") din celebra sa lucrare *On becoming a person*, Rogers enumeră 14 principii pe care și le-a însușit de-a lungul a mii de ore de terapie și cercetare. Iată câteva dintre aceste principii:

- Din relațiile mele cu oamenii am învățat în cele din urmă că nu merită să pretind a fi ceea ce nu sunt.
- Am ajuns să atribui o foarte mare valoare capacității de a înțelege o altă persoană.
- Experiența este, pentru mine, cea mai înaltă autoritate ... la experiență trebuie să mă întorc mereu pentru a descoperi o aproximare cât mai exactă a adevărului, așa cum apare el în procesul devenirii mele.
- Ceea ce e mai personal și unic în fiecare dintre noi este probabil chiar elementul care, dacă ar fi împărtășit sau exprimat, ar avea cea mai mare semnificație pentru cei din jur.
- Experiența îmi spune că oamenii au, în esență, o orientare pozitivă.

- Viața, în ceea ce are ea mai bun, este un proces fluid, schimbător, în care nimic nu e fixat.

(Rogers, 1961a, pp. 16 – 17)

4.2.2. Persoana în interpretare rogersiană

Pentru Rogers, esența naturii umane e una pozitivă. Direcția spre care ne mișcăm are la bază tendința de auto-realizare*. Rogers consideră că Freud și continuatorii săi au oferit o imagine a omului cu un id și un inconștient care s-ar manifesta prin incest, crimă și alte delicte. Conform acestei viziuni, noi am fi în esență irațional, nesocializați și acționând în mod distructiv față de noi înșine și față de cei din jur. Rogers acceptă posibilitatea ca uneori individul să se comporte astfel, dar susține că în asemenea situații avem de-a face cu un individ nevrotic, insuficient dezvoltat, deci un om care nu și-a realizat pe deplin potențialul. Atunci când acționăm fără constrângeri, suntem liberi să experimentăm și astfel să ne manifestăm pe deplin ca ființe pozitive și sociale.

Conștient de tendința multora de a face comparații între comportamentul uman și comportamentul animal, Rogers realizează propriile sale comparații. Astfel, el observă că, deși leul este adesea privit ca un animal foarte periculos, acest animal are totuși și calități: ucide doar când e flămând, și nu doar pentru a distruge, evoluează (asemenea omului) de la neajutorare și dependență la independență și trece de la egocentrismul din copilărie la tendința de a coopera cu cei din jur și de a-i proteja pe cei slabi.

În ciuda celor afirmate mai sus, poziția lui Rogers este departe de a fi cea a unui optimist naiv, concluziile sale bazându-se pe mai mult de 25 de ani de experiență în psihoterapie:

> "Nu am o viziune gen Pollyanna asupra firii umane. Sunt conștient că, din dorința de a se apăra și datorită temerilor interioare, oamenii adoptă uneori conduite incredibil de crude, imature, regresive, antisociale. Cu toate acestea, unul din cele mai îmbucurătoare și revigorante aspecte ale experienței mele este de a lucra tocmai cu asemenea indivizi și de a descoperi, totuși, pornirile puternic pozitive ce există în ei, ca și în noi toți, de altfel, la cele mai profunde nivele."
>
> Rogers, 1961a, p. 27

Iată, așadar, un profund respect pentru oameni, un respect reflectat în teoria sa despre personalitate, dar și în abordarea psihoterapeutică construită în jurul ideii de persoană.

4.2.3. Perspectiva științifică a lui Rogers

Deși baza teoretică și instrumentele de cercetare ale lui Rogers au cunoscut o serie de modificări, el a rămas, totuși, un fenomenolog. Conform acestei paradigme (1951), fiecare individ percepe lumea într-un mod unic. Aceste percepții constituie **câmpul fenomenal** al individului. Omul reacționează în fața mediului în concordanță cu modul în care îl percepe. Acest mediu poate să corespundă sau nu definiției date de către experimentator, de către cercetător. Câmpul fenomenal al individului include atât percepțiile conștiente, cât și pe cele inconștiente. Dar, determinanții fundamentali ai comportamentului, mai ales când vorbim despre individul sănătos, sunt factorii conștienți sau potențial conștienți. Deși câmpul fenomenal cuprinde, în primul rând, lumea interioară, subiectivă a individului, putem, totuși, încerca să percepem și noi lumea, așa cum îi apare ea individului, să o privim prin ochii lui și prin intermediul semnificației psihologice pe care aceasta o are pentru el.

Rogers s-a dedicat fenomenologiei ca bază pentru cunoașterea omului. El era de părere că cercetarea în psihologie trebuie să implice un efort susținut, disciplinat, pentru a înțelege fenomenele experienței subiective. Urmând calea științifică, aceste eforturi nu trebuie, totuși, să înceapă în laborator sau în fața unui computer. Rogers considera că materialul clinic, obținut în timpul psihoterapiei, constituie o sursă foarte valoroasă de date fenomenologice.

În încercarea de a înțelege comportamentul uman, Rogers a început întotdeauna cu observații clinice, folosind ulterior aceste

* auto-realizare – termenul are grade înalte de sinonimie cu cel de autoactualizare propus de Maslow, dar și câteva elemente diferențiatoare. Prin urmare, cele două concepte se pot interșanja.

observații pentru a formula ipoteze ce puteau fi apoi testate în mod riguros. El considera terapia ca pe o experiență, în primul rând, subiectivă, iar cercetarea ca pe un efort obiectiv, posedând propria sa eleganță. Privea terapia ca pe o sursă de ipoteze, iar cercetarea ca pe un instrument de confirmare a acestor ipoteze.

De-a lungul întregii sale cariere, Rogers a încercat în permanență să creeze o punte de legătură între subiectiv și obiectiv, așa cum în tinerețe simțise nevoia de a stabili o legătură între știință și religie. În acest context, el a fost preocupat de dezvoltarea psihologiei ca știință și de menținerea unei imagini a omului ca individualitate, și nu ca simplu pion, instrument al științei.

4.2.4. Teoria rogersiană a personalității

Teoria rogersiană a personalității

Rogers s-a orientat în principal asupra procesului psihoterapeutic, iar teoria personalității formulată de el e un rezultat al teoriei sale despre terapie. Psihanaliza insista asupra pulsiunilor, instinctelor, asupra inconștientului și tendințelor de reducere a tensiunii și susținea ideea dezvoltării timpurii a caracterului. În contrast, abordarea fenomenologică subliniază importanța percepțiilor, a trăirilor afective, a raportului subiectiv (introspectiv), a realizării de sine și a procesului schimbării.

4.2.4.1. Structura personalității

Sinele

Conceptul structural cheie al teoriei lui Rogers asupra personalității este conceptul de sine. Conform tezelor rogersiene, individul percepe obiectele exterioare și propriile experiențe, atașându-le semnificații. Percepțiile, alături de semnificațiile pe care acestea le primesc, alcătuiesc un sistem ce reprezintă câmpul fenomenal al individului. Acele părți ale câmpului fenomenal, percepute de individ ca "al meu", "eu", "mie" constituie sinele. În consecință, imaginea individului despre sine reprezintă o structură organizată și unitară de percepții. Deși sinele se modifică de-a lungul

vieții, el își păstrează în permanență această caracteristică de sistem structurat, integrat și organizat.

Două precizări suplimentare merită a fi amintite în ceea ce privește conceptul de sine propus de Rogers. În primul rând, sinele nu este un "omuleț" mic înlăuntrul nostru. Sinele nu "face" nimic prin el însuși, ci doar coordonează comportamentul individului. El reprezintă un set organizat de percepții. În al doilea rând, acest sistem de experiențe și percepții, cunoscut sub numele de "sine", este, în general, la dispoziția conștiinței, deci poate deveni conștient. Deși fiecare individ are o serie de experiențe de care nu e conștient, imaginea de sine este prin excelență conștientă. Rogers considera că o asemenea definiție a sinelui este precisă și, totodată, necesară cercetării, întrucât o definiție a sinelui incluzând materialul inconștient nu ar putea folosi ca instrument în cercetarea obiectivă.

Un concept structural legat de cel de mai sus este cel al sinelui ideal. Sinele ideal este acea imagine despre sine pe care individul dorește cel mai mult să o posede. Ea include percepțiile și semnificațiile potențial relevante pentru sine care au o foarte mare importanță pentru individ.

Evaluarea imaginii de sine

Într-o lucrare autobiografică, Rogers relatează că nu și-a început munca pornind de la conceptul de sine. Dimpotrivă, în primele sale cercetări, el considera acest termen ca fiind destul de vag și lipsit de semnificație din punct de vedere științific. Cu toate acestea, ascultându-și clienții care-și expuneau problemele și atitudinile personale, a constatat că aceștia aveau tendința de a se exprima în termeni relaționați cu sinele: "eu", "eu însumi" etc. Convingându-se de importanța sa, conceptul a fost introdus în descrierea pe care Rogers o face personalității, în 1947.

În lucrarea respectivă, el relata declarațiile făcute de o clientă – domnișoara Vib – care a urmat nouă ședințe de terapie. La început, percepția ei conștientă asupra propriei persoane se exprima în fraze, precum: "În ultima vreme nu mă mai comport ca mine însămi; parcă

nu mai sunt eu; sunt o persoană diferită de cea care eram în trecut."; "Nu mai reacționez emoțional în nici un fel în fața evenimentelor; situația mea mă îngrijorează.". La cea de-a noua ședință, 38 de zile mai târziu, percepția de sine se modificase profund: "Am devenit mai interesată de propria mea persoană."; "Am constatat că îmi manifest, totuși, individualitatea și că am oarecare interese."; "Pot să mă privesc într-o lumină ceva mai bună.". Asemenea afirmații l-au convins pe Rogers că sinele este un element important al experienței umane și că scopul fiecărui individ este de a deveni cu adevărat el însuși.

Acest fragment de autoanaliză pe care ni-l relatează Rogers prezintă un interes deosebit. El ilustrează modul în care uneori oamenii și, în special, tinerii (elevii, studenții) tind să opteze pentru cariere care, printre altele, corespund unei imagini despre sine pe care aceștia și-ar dori să o posede și genului de persoană care ar dori să fie.

Tehnica Q-sort. Deși impresionat de ceea ce declarau despre ei înșiși pacienții și de considerațiile lui Raimy (1948) asupra utilității și importanței conceptului de "sine", Rogers considera necesară definirea obiectivă a acestuia, construirea unui mod de a-l măsura, astfel încât să se transforme într-un instrument de cercetare adecvat. El a început prin a înregistra convorbirile din timpul ședințelor de psihoterapie și prin a stabili categorii pentru fiecare cuvânt prin care subiecții făceau referire la ei înșiși, deci la "sine". După primele astfel de cercetări, Rogers a aplicat tehnica **Q-sort**, concepută de Stephenson (1953). Această tehnică a fost adesea folosită pentru a măsura, evalua imaginea de sine. În acest tip de cercetare, experimentatorul îi oferă subiectului un grup de cartonașe (asemănătoare cărților de joc), fiecare cuprinzând o frază referitoare la o trăsătură de personalitate.

De exemplu, pe un cartonaș poate fi scris "Își face prieteni cu ușurință", pe un altul, "Are dificultăți în exprimarea mâniei" etc. Subiecților li se cere să citească frazele respective (de obicei, se lucrează cu aproximativ o sută de cartonașe) și apoi să ordoneze cartonașele începând de la frazele pe care le consideră drept cele mai caracteristice pentru ei înșiși, până la cele mai puțin caracteristice.

Subiecților li se cere să aranjeze cartonașele pe un continuum, ce are la extremitate, "Ce mă caracterizează cel mai bine", iar la cealaltă "Ce mă caracterizează cel mai puțin".

Subiecților li se indică, totodată, câte pachete de cartonașe să formeze și câte cartonașe să cuprindă fiecare pachet. De exemplu, având 100 de cartonașe, unui subiect i s-ar putea cere să le ordoneze astfel: 2-4-8-11-16-18-16-11-8-4-2. Se obține, astfel, o distribuție normală, ce exprimă estimările subiectului față de măsura în care frazele înscrise pe cartonașe îl caracterizează.

Așadar, tehnica Q-sort implică o sarcină în care subiectul ordonează o serie de afirmații despre sine în categorii ce se înscriu între "cel mai caracteristic" și "cel mai puțin caracteristic". În plus, aceleași afirmații pot fi ordonate într-o succesiune similară în raport cu sinele ideal – de la "Cel mai caracteristic pentru eul meu ideal" la "Cel mai puțin caracteristic pentru eul meu ideal". În acest fel, se pot obține estimări cantitative ale diferenței dintre imaginea de sine reală și sinele ideal. Tehnica Q-sort asigură date ce oferă o imagine sistematică asupra modului în care subiectul percepe diferite aspecte ale câmpului său fenomenal. Cu toate acestea, Q-sort nu oferă un raport fenomenologic complet, deoarece subiecții sunt obligați să utilizeze frazele oferite de către experimentator, și nu propriile lor cuvinte. Totodată, ei trebuie să ordoneze aceste fraze într-un mod prescris, impus, sub forma unei distribuții normale, în loc să distribuie cartonașele în funcție de cum consideră ei mai potrivit.

Liste de adjective și diferențiatorul semantic. Alte eforturi de a obține raportul subiectiv al individului despre sine au utilizat *liste de adjective* (în care subiectul bifează adjectivele pe care le consideră ca fiindu-i caracteristice) și metoda *diferențiatorului semantic* (Osgood, Suci, & Tannenbaum, 1957). Utilizat mai degrabă ca instrument de evaluare pentru atitudini și pentru sensurile conceptelor decât ca un test de personalitate propriu-zis, diferențiatorul semantic poate fi, totuși, util și în evaluarea personalității. Individului i se cere să evalueze un concept pe o serie de scale cu șapte nivele, definite prin adjective polarizate, precum *bun – rău, puternic – slab* sau *activ – pasiv*. Astfel, subiectul va plasa un concept precum "Eu Însumi" sau "Eul Meu Ideal" pe fiecare din aceste scale bipolare. O asemenea evaluare va indica în ce măsură

cele două adjective polare caracterizează imaginea de sine sau sinele ideal al acestuia. Aprecierile sunt realizate în funcție de semnificația conceptului pentru individ.

Asemeni tehnicii Q-sort, diferențiatorul semantic reprezintă o metodă structurată, prin care subiectului i se cere să evalueze anumite concepte utilizând scale polarizate de adjective oferite de experimentator. Această metodă oferă posibilitatea colectării de date care se pretează analizei statistice, dar, asemeni tehnicii Q-sort, ea nu exclude o oarecare flexibilitate față de conceptele și scalele utilizate. Nu există un model unic, standardizat, pentru modul în care trebuie aplicată metoda diferențiatorului semantic. O întreagă varietate de scale pot fi utilizate cu privire la concepte precum tata, mama, medicul etc., pentru a determina semnificațiile pe care acestea le au pentru individ.

De exemplu, să luăm în considerare conceptele "eu însumi" și "facultatea la care studiez", raportându-le la scale, precum *liberal – conservator*, *studios – iubitor de distracții* și *formal – informal*. În ce măsură te încadrezi tu și facultatea la care studiezi în categoriile de mai sus? În ce măsură se leagă acest fapt de satisfacția de a fi student la facultatea respectivă? Într-o serie de cercetări similare celor descrise mai sus, s-a constatat că măsura în care studenții se percepeau a fi diferiți de mediul universitar în care studiau determina gradul de satisfacție față de respectiva facultate/ universitate și probabilitatea de a o abandona sau de a continua să studieze în cadrul ei (Pervin, 1967).

Un exemplu pentru modul în care diferențiatorul semantic poate fi utilizat în evaluarea personalității apare în cazurile de personalitate multiplă.

În anii 1950, doi psihiatri - Corbett Thigpen și Harvey Cleckley - au investigat un caz, devenit celebru, de personalitate multiplă "The Three Faces of Eve" ("Cele trei fețe ale Evei"). Este vorba despre o femeie care poseda trei personalități, fiecare din ele dominându-le pe celelalte două o anumită perioadă de timp, cu schimbări frecvente. Cele trei personalități se numeau Eve White, Eve Black și Jane. Ca parte a cercetării, cei doi psihiatri au reușit să obțină o evaluare a fiecăreia din cele trei personalități, pe baza diferențiatorului semantic. Datele, astfel rezultate, au fost analizate atât cantitativ, cât și calitativ de către doi psihologi (C. Osgood & Z. Luria) care nu cunoșteau pacienta. Analiza lor include atât comentarii descriptive, cât și interpretări ale celor trei personalități, interpretări care trec dincolo de datele obiective. De exemplu, Eve White este descrisă ca fiind în contact cu realitatea socială, dar aflându-se totodată sub un puternic stres emoțional. Eve Black apare ca fiind o personalitate fără contact cu realitatea socială, însă destul de sigură pe sine (și îndrăzneață), în timp ce Jane este descrisă ca fiind în general foarte echilibrată, însă destul de limitată și nediversificată ca personalitate. O descriere mai detaliată (deși incompletă) a celor trei personalități, bazată pe evaluările realizate prin intermediul diferențiatorului semantic, e prezentată în căsuța 1. Analiza realizată pe baza acestor evaluări se potrivea destul de bine cu descrierile oferite de cei doi psihiatri (Osgood & Luria, 1954).

Căsuța 1:
Scurte descrieri ale personalității, bazate pe tehnica diferențiatorului semantic, într-un caz de personalitate multiplă (Osgood & Luria, 1954):

Eve White. Are o percepție în general normală a realității, e destul de sociabilă, dar are o atitudine de insatisfacție față de ea însăși. Aspectul major ce indică o tulburare de personalitate este faptul că se consideră ca având oarecare tendințe negative, o doză de pasivitate și o mare doză de slăbiciune.

Eve Black. Eve Black a ajuns la un mod oarecum violent de adaptare, prin care se auto-percepe ca fiind efectiv perfectă, dar, pentru a pune în acord această percepție despre sine cu cea despre lume, modul ei de a percepe lumea a devenit complet distorsionat. Dacă Eve Black se auto-percepe ca fiind bună, atunci ea trebuie să considere ura și înșelătoria ca valori pozitive.

Jane. Jane prezintă personalitatea cea mai sănătoasă, echilibrată, deoarece acceptă normele sociale, păstrând totuși o imagine satisfăcătoare despre sine. Imaginea de sine, personalitatea ei, deși nu poate fi caracterizată drept puternică, dar nici slabă, e mai aproape de tendințele pozitive și mai orientată către activism.

Metoda Q-sort, listele de adjective și diferențiatorul semantic se apropie toate de modul în care Rogers concepea raportul subiectiv ideal. Aceste metode oferă date fidele din punct de vedere statistic și în același timp relevante sub raport teoretic.

S-ar putea face aici observația că există mai multe imagini de sine, nu una singură, și că aceste teste nu oferă informații despre factorii inconștienți, iar datele obținute astfel pot fi cu ușurință distorsionate de mecanismele de apărare. Cu toate acestea, Rogers considera că aceste teste oferă modalități utile pentru evaluarea imaginii de sine și a idealului de sine.

Între timp, vom explora legătura sa cu alte aspecte ale teoriei lui Rogers și locul său în cadrul altor cercetări.

4.2.4.2. Procesele personalității

Autoactualizarea (autorealizarea)

Freud vedea componentele de bază ale personalității ca fiind relativ fixe, stabile. El a dezvoltat o teorie fundamentată prioritar pe elementele structurale ale personalității. Viziunea lui Rogers subliniază, însă, rolul schimbării, iar conceptele ce vizează aspectul structural al personalității sunt relativ puține. Freud vedea personalitatea ca pe un sistem energetic. Astfel, teoria sa e concepută pentru a explica în mod dinamic modul în care această energie e descărcată, transformată sau stăvilită. Rogers concepea personalitatea ca fiind orientată mereu înainte. De aceea, tindea să reducă importanța aspectelor ce țin de tendința indivizilor către comportamente de reducere a tensiunii, supraevaluând pe cele ce exprimau motivația lor de autorealizare.

Freud a insistat foarte mult asupra pulsiunilor. Rogers, însă, era de părere că pulsiunile nu au forță motivațională în sine; pentru el, tendința fundamentală a individului este către realizarea propriului potențial. "Organismul are o singură și foarte puternică tendință de bază, și anume aceea de a se actualiza." (Rogers, 1951, p. 487).

Rogers a preferat să țină cont de un singur motiv fundamental ca bază pentru acțiunile umane, decât să fie legat de conceptualizarea abstractă a mai multor motive. Cu toate acestea, teza tendinței de autorealizare are un înalt grad de abstractizare și nu a fost încă măsurată obiectiv. Într-un pasaj ușor poetic, Rogers (1963) își descrie propria viață ca pe un proces activ, comparând-o cu

trunchiul unui arbust la marginea unui ocean, lovit neîncetat de apele acestuia. El rămâne stabil, dar, cu toate acestea, flexibil și implicat în procesul propriei evoluții: "Aici, în acest arbust de o palmă, se afla puterea vieții, impulsul ei permanent către înainte, capacitatea sa de a evolua într-un mediu incredibil de ostil, și nu doar de a rezista, ci și de a se adapta, de a se dezvolta și de a-și manifesta potențialul" (Rogers, 1963, p. 2).

Conceptul de autorealizare (autoactualizare) implică tendința organismului de a evolua de la stadiul de entitate simplă către una complexă. El exprimă trecerea de la dependență la independență, de la fixitate și rigiditate către un proces de schimbare și libertate de expresie. Termenul include tendințele persoanei de a-și satisface propriile nevoi și de a reduce tensiunea internă, dar subliniază și plăcerea și satisfacțiile derivate din acțiunile care antrenează din plin organismul.

Căsuța 2

Itemi ilustrativi dintr-un index al auto-realizării (Jones & Crandall, 1986):

Este necesar întotdeauna ca cei din jur să aprobe ceea ce fac. (F)
Sunt tulburat(ă) de teama de a fi nepotrivit(ă). (F)
Nu mi-e rușine de nici una din emoțiile mele. (A)
Cred că oamenii sunt în esență buni și că, în general, se poate avea încredere în ei. (A)

Deși Rogers era în general preocupat de măsurarea conceptelor sale, nu a precizat niciodată un mod de cuantificare a termenului de autorealizare. De-a lungul anilor, au fost create totuși o serie de scale pentru evaluarea acestui concept. Un efort recent în acest sens este reprezentat de o scală cu 15 itemi care măsoară capacitatea de a acționa independent, autoacceptarea sau stima de sine, acceptarea propriei vieți afective și încrederea față de relațiile interpersonale. Se constată că scorurile la acest chestionar privind autorealizarea corelează cu alte măsurători pe bază de chestionar, privind stima de sine și echilibrul, precum și cu evaluări

independente ale individului ca persoană ce tinde către realizarea de sine (Jones & Crandall, 1986).

Consistența și congruența sinelui

În cercetările sale Rogers nu a insistat foarte mult asupra noțiunii În cercetările sale, Rogers nu a insistat foarte mult asupra noțiunii de organism tinzând către autorealizare, ci mai cu seamă pe consistența și congruența între sine și experiență. Conform tezelor rogersiene, organismul funcționează astfel încât să-și păstreze consistența, unitatea (înțeleasă ca absență a conflictului) între percepțiile de sine, pe de o parte, și între aceste percepții și experiența cu mediul, pe de altă parte: "Majoritatea comportamentelor adoptate de organism sunt cele consistente cu imaginea despre sine" (Rogers, 1951, p. 507). Conceptul de consistență a sinelui a fost dezvoltat de Lecky (1945). Conform acestuia, organismul nu caută să câștige plăcere și să evite durerea (așa cum pretindea Freud), ci tinde să-și păstreze unitatea structurală a personalității. Individul își dezvoltă un sistem de valori în centrul căruia se află atitudinile pe care el le adoptă (judecățile de valoare) față de sine însuși. Individul își organizează valorile și le pune în funcțiune astfel încât să-și păstreze integru sistemul de personalitate. Pentru Lecky, oamenii pot fi cu adevărat fideli doar lor înșiși. Orice individ se va comporta într-un mod conform cu imaginea pe care o posedă despre sine, chiar dacă din punct de vedere obiectiv acest comportament nu este întotdeauna cel optim. Astfel, dacă te consideri un individ slab la ortografie, vei încerca să acționezi în așa manieră, încât comportamentul tău să corespundă acestei imagini despre tine însuți.

Situații de incongruență și mecanisme defensive

Este posibil ca individul să treacă prin experiențe de lipsă a consistenței sinelui sau de lipsă a congruenței între percepția subiectivă a propriei persoane (imaginea de sine) și experiențele pe care le are în interacțiunea cu mediul. Așa cum susține Rogers, o stare de incongruență apare atunci când există o discrepanță între

modul în care individul se autopercepe și experiența reală cu lumea înconjurătoare. De exemplu, dacă te consideri o persoană lipsită de ură și ajungi la un moment dat să trăiești acest sentiment, te afli într-o stare de incongruență. Aceasta se manifestă ca o stare de tensiune și confuzie interioară. Când ea apare, iar individul nu e conștient de acest fapt, el devine în mod potențial vulnerabil la anxietate. Aceasta apare ca rezultat al unei discrepanțe între experiență (trăirea sentimentului de ură) și imaginea despre sine (ca persoană lipsită de ură). Deci, individul ce se consideră lipsit de ură va trece prin stări de anxietate ori de câte ori va trăi acest sentiment într-o oricât de mică măsură.

În cea mai mare parte, suntem conștienți de propriile noastre experiențe, le permitem să devină conștiente. Cu toate acestea, este posibil să percepem o experiență ca fiind amenințătoare, ca aflându-se în conflict cu imaginea de sine și deci să-i refuzăm accesul în sfera conștientă. Prin intermediul unui proces denumit subcepție, putem recepționa informații contrare imaginii de sine, înainte ca acestea să devină conștiente. Răspunsul față de amenințarea reprezentată de recunoașterea experiențelor aflate în conflict cu imaginea de sine este acela de apărare. Astfel, reacționăm defensiv interzicând accesul în sfera conștientă experiențelor percepute și considerate (inconștient) ca fiind, chiar și într-o mică măsură, în conflict cu imaginea de sine. Două dintre mecanismele defensive cele mai studiate de Rogers sunt distorsiunea sensului experienței și negarea existenței experienței. Aceasta din urmă asigură apărarea imaginii de sine de experiențele amenințătoare, prin inhibarea manifestării conștiente a acesteia. Distorsiunea, un fenomen ce se manifestă mai des, permite accesul în conștiință a experienței, dar într-o formă concordantă cu imaginea de sine. Astfel, dacă imaginea de sine include caracteristica: "Sunt un elev slab.", experiența de a primi o notă mare poate fi ușor distorsionată pentru a deveni potrivită cu imaginea de sine, atribuindu-i-se o semnificație precum: "Profesorul acela e un prost; nu realizează că am dat un răspuns greșit." sau "A fost doar un

noroc." (Rogers, 1956, p. 205). Ceea ce izbeşte la acest exemplu este importanţa pe care o are păstrarea consistenţei imaginii de sine.

Ceea ce în general e considerat a fi o experienţă pozitivă – a primi o notă mare – devine aici o sursă de anxietate, deci un stimul pentru declanşarea proceselor defensive. Aşadar, evenimentele nu poartă în sine o semnificaţie. Individul este cel care dă sens evenimentului, în funcţie de experienţa sa de viaţă şi de necesitatea de a menţine unitatea structurii imaginii de sine.

Cercetări asupra consistenţei şi congruenţei sinelui

Studii preliminarii în acest domeniu au fost realizate de către Chordokoff (1954). Într-o cercetare legată de percepţia de sine, apărarea perceptuală şi adaptare, acesta a descoperit că timpul de latenţă în perceperea cuvintelor era mai mare pentru cuvintele "ameninţătoare" decât pentru cele neutre. Această tendinţă este specifică mai ales subiecţilor caracterizaţi ca "defensivi" şi cu probleme de adaptare. Acest tip de individ are tendinţa mai ales de a nega conştientizarea stimulilor ameninţători.

Alte cercetări (Cartwright, 1956) au urmărit influenţa consistenţei sinelui asupra reactualizării imediate (prin reproducere). Pornind de la teoria lui Rogers, Cartwright a emis ipoteza că subiecţii vor prezenta o mai bună reactualizare a stimulilor concordanţi cu imaginea de sine, decât a celor discordanţi cu aceasta şi, în plus, că o asemenea tendinţă va fi mai evidentă la indivizii cu probleme de adaptare decât la cei fără asemenea probleme. În general, subiecţii au reuşit să reactualizeze cu mai mare uşurinţă adjectivele pe care le considerau a fi mai caracteristice pentru felul lor de a fi, decât cele mai puţin caracteristice sau opuse imaginii de sine. De asemenea, s-a constatat o considerabilă distorsionare la reactualizare a adjectivelor neconcordante cu imaginea de sine.

De exemplu, un subiect care se considera "plin se speranţă" a confundat cuvântul "disperat" (care îi fusese prezentat) cu "plin de speranţă" (pe care l-a reactualizat), iar un subiect care se considera prietenos a confundat "ostil" cu "ospitalier". Conform predicţiei realizate de ipoteză, subiecţii cu probleme de adaptare (cei care apelaseră la psihoterapie şi cei pentru care aceasta fusese considerată ineficientă) prezentau un mai mare grad de distorsiune (o mai mare

diferenţă între materialul prezentat şi cel reactualizat), decât subiecţii fără probleme de adaptare (cei care nu considerau necesar să apeleze la psihoterapie sau pentru care aceasta se dovedise eficientă). Această diferenţă în scorurile obţinute la reactualizare se datorează mai ales unei reproduceri mai slabe a stimulilor discordanţi cu imaginea de sine în cazul subiecţilor dezadaptaţi. Într-un studiu legat de aceeaşi problemă, s-a încercat determinarea capacităţii subiectului de a reactualiza termeni utilizaţi de alţii pentru a-i descrie (Suinn, Osborne & Winfree, 1962). Exactitatea reproducerilor a fost maximă în cazul descriptorilor concordanţi cu imaginea de sine şi minimă pentru descriptorii discordanţi cu aceasta. În concluzie, precizia reactualizării stimulilor corelaţi cu imaginea de sine se prezintă ca o funcţie a gradului de concordanţă dintre stimuli şi imaginea de sine a individului.

Cele două studii discutate mai sus au urmărit percepţia şi reactualizarea. Ce se poate spune, însă, despre comportamentul manifest, exterior? Aronson şi Metee (1868) au obţinut, prin cercetările lor, rezultate care vin să susţină teoria lui Rogers asupra faptului că individul se comportă într-un mod concordant (consistent) cu imaginea pe care şi-a format-o despre sine. Într-un studiu asupra comportamentului neonest, cei doi cercetători au emis ipoteza că în condiţiile în care subiectul este tentat să trişeze, probabilitatea ca el să facă acest lucru este cu atât mai mare, cu cât stima de sine este mai redusă. Adică, dacă o conduită de a trişa nu pare a intra în conflict cu o stimă de sine scăzută, ea intră, în schimb, în conflict puternic cu o stimă de sine înaltă. Datele obţinute au confirmat faptul că individul trişează sau nu, în funcţie de natura imaginii de sine. Oamenii cu o părere bună despre ei înşişi tind să adopte conduite demne de propriul respect, în timp ce oamenii cu o părere mai puţin bună despre ei înşişi au tendinţa de a adopta comportamente concordante cu această imagine de sine.

Un alt set de cercetări susţin ideea că imaginea de sine influenţează comportamentul într-o varietate de modalităţi (Markus, 1981). Ceea ce e demn de notat aici e faptul că oamenii adoptă adesea conduite care îi vor determina pe cei din jur să le confirme imaginea pe care o au despre ei înşişi – un fel de profeţie autorealizatoare (Darley & Fazio, 1980; Swann, 1983). De exemplu, cei ce se consideră persoane simpatice, plăcute, se vor comporta, în

așa fel încât să se facă plăcuți celor din jur, în timp ce indivizii care se percep ca persoane mai puțin plăcute, antipatice chiar, se vor comporta, în așa fel încât să-și atragă antipatia celor din jur (Curtis & Miller, 1986). La rândul ei, imaginea de sine va fi astfel și mai mult întărită, prin atitudinile și comportamentul celor din jur, care au fost anterior influențate de însuși comportamentul individului în cauză.

Motivația intrinsecă și paradoxurile ei

V-ați aștepta ca acei elevi care primesc întăriri pozitive pentru o anumită activitate (ex., de desen) să fie mai interesați sau mai puțin interesați față de această activitate decât copiii care nu au primit astfel de întăriri? Considerați că studenții recompensați pentru activitatea de rezolvare a unui puzzle vor manifesta mai mult interes față de această activitate, decât studenții nerecompensați, sau credeți că vor manifesta mai puțin interes decât aceștia? O serie de descoperiri surprinzătoare vin să susțină importanța acordată de Rogers motivației de auto-realizare, fiind în același timp în opoziție cu teoria despre efectul întăririlor. În ambele situații prezentate mai sus, interesul și motivația intrinsecă de a realiza respectivele activități au scăzut ca urmare a recompensei oferite pentru performanță!

Se pare că recompensa și alte forme de control al activității interferează cu dezvoltarea motivației intrinseci sau cu tendința individului de a se implica în activitatea respectivă, ca urmare a unui real interes față de ea, și nu datorită recompensei oferite din exterior. Dezvoltarea motivației intrinseci pare a fi susținută de situațiile ce oferă provocări individului, îi dau posibilitatea de a-și demonstra competența și îi dau sentimentul autodeterminării. Astfel, stilurile parentale orientate spre asigurarea autonomiei copilului, mai degrabă decât spre controlul acestuia, asigură dezvoltarea motivației intrinseci.

S-a constatat că indivizii orientați spre motivația intrinsecă preferă sarcinile problematice, iar reacția la eșec este caracterizată prin perseverență și sporirea efortului pentru atingerea scopului. Acești subiecți sunt creativi și expresivi, posedând o înaltă stimă de sine. Fie că este vorba de sportivi, angajați sau studenți, aceștia au tendința de a da rezultate mai bune în condiții care încurajează motivația intrinsecă, spre deosebire de condițiile ce implică recompense exterioare activității sau controlul extern.

Desigur, aceasta nu înseamnă că o mărire de salariu l-ar putea determina pe individ să-și considere munca mai puțin plăcută. Totuși, rezultatele indică faptul că banii nu înseamnă totul (Deci & Ryan, 1985; Koestner & McClelland, Lepper, Greene & Nisbett, 1973).

Nevoia de apreciere pozitivă /de acceptare necondiționată

Există o serie de studii care susțin ideea că individul tinde să adopte conduite concordante cu imaginea de sine și că experiențele neconcordante cu aceasta sunt adesea ignorate sau negate. În primele lucrări ale lui Rogers nu se făcea nici o referire la cauzele ce ar fi putut determina o ruptură (disociere) între experiența exterioară și sine și, de aceea, nu se punea problema necesității unor mecanisme defensive. În 1959, Rogers a propus conceptul de nevoie de apreciere pozitivă. Aceasta presupune atitudini, precum căldura sufletească, respectul, simpatia și acceptarea (toleranța) față de copil și se traduce prin necesitatea acestuia de a primi dragoste și afecțiune. Dacă părinții îi oferă copilului apreciere pozitivă (acceptare) necondiționată, dacă acesta se simte „prețuit" de către părinți, nu va apărea necesitatea de a nega anumite experiențe. Dimpotrivă, dacă părinții fac din această apreciere pozitivă un lucru condiționat, copilul va fi determinat să-și desconsidere propriile comportamente și experiențe, atunci când acestea intră în conflict cu propria imagine despre sine. De exemplu, dacă un copil simte că va primi dragostea celor din jur (deci aprecierea pozitivă, acceptarea) doar dacă va acționa ca un individ iubitor, el își va nega toate sentimentele ostile, de ură, și va depune eforturi pentru a-și păstra o imagine despre sine ca individ iubitor. În acest caz, sentimentul de ură nu numai că intră în conflict cu imaginea de sine, dar, totodată, amenință copilul cu pierderea aprecierii pozitive din partea celorlalți. Astfel, dacă i se impun copilului condiții pentru a fi considerat valoros, demn de prețuire se ajunge la negarea propriilor experiențe și deci la o disociere între acestea și percepția subiectivă a sinelui. Originile inexactităților apărute în imaginea de sine, precum și originile conflictelor dintre experiența individului și imaginea acestuia despre sine se află în încercarea lui de a păstra dragostea și aprecierea celor din jur.

Pe scurt, Rogers nu a considerat necesară utilizarea unor termeni precum cei de motiv sau pulsiune pentru a justifica activitatea şi orientarea spre scop a organismului. Pentru el, persoana e în esenţă activă şi orientată spre autorealizare. Ca parte a procesului realizării de sine, individul are tendinţa de a menţine concordanţa între sine şi experienţa sa. Astfel, ca urmare a condiţionării aprecierii pozitive, avem tendinţa de a nega sau distorsiona experienţele ce ameninţă structura sinelui.

4.2.4.3. Dezvoltarea personalităţii

Rogers nu a formulat o teorie explicită asupra creşterii şi dezvoltării şi nici nu a realizat studii de lungă durată în domeniu sau cercetări asupra interacţiunii dintre părinte şi copil. În esenţă, Rogers considera că forţe ale dezvoltării există în fiecare individ. Procesul natural de creştere şi dezvoltare a organismului presupune o complexitate crescândă, o expansiune, o tot mai mare autonomie şi socializare – deci, autorealizarea. Sinele devine treptat o parte distinctă a câmpului fenomenal, crescând în complexitate. Pe măsură ce sinele se dezvoltă, se dezvoltă şi nevoia de apreciere pozitivă a individului. Dacă această nevoie ajunge să fie mai importantă decât contactul cu propriile sentimente, individul va elimina din conştiinţă o serie de experienţe, ajungând astfel la o stare de incongruenţă, de lipsă de concordanţă.

Autorealizarea şi dezvoltarea sănătoasă a psihicului

Din punctul de vedere al psihologiei dezvoltării, preocuparea majoră a lui Rogers vizează mediul familial în care se dezvoltă copilul: fie creşte liber, într-o stare de congruenţă, având posibilitatea de a-şi manifesta potenţialul, fie se dezvoltă pe fondul unui sentiment de incongruenţă cu sine, devenind ulterior un individ defensiv. Dezvoltarea sănătoasă a personalităţii are la bază un climat familial în care copilului îi este oferită din plin posibilitatea de a experimenta, învăţând astfel să se accepte pe sine şi fiind, totodată, acceptat de

către părinţi, chiar dacă aceştia dezaprobă uneori anumite aspecte particulare ale comportamentului acestuia. Această idee este susţinută de majoritatea specialiştilor în psihiatrie şi psihologie infantilă. Este vorba aici despre diferenţa dintre părintele care-i spune copilului său: "Nu îmi place ceea ce faci." şi acela care îi spune: "Nu îmi placi (tu).". În primul caz, părintele manifestă acceptare, toleranţă faţă de copil, dezaprobându-i, totuşi, comportamentul. La polul opus se află a doua situaţie, în care părintele îi dă de înţeles copilului – în mod verbal sau printr-o modalitate mai subtilă, nu doar că îi consideră comportamentul ca fiind rău, nepotrivit, ci că îl consideră pe el însuşi rău, deci nedemn de a fi iubit.

Copilul va considera atunci că a-şi recunoaşte anumite sentimente ar contrazice imaginea despre sine ca „fiinţă iubitoare sau demnă de a fi iubită", ajungând în final la a nega sau a distorsiona respectivele sentimente.

Cercetări asupra relaţiei părinte – copil

Un număr semnificativ de studii indică faptul că atitudinile parentale democratice, de acceptare faţă de copil îi facilitează în cea mai mare măsură dezvoltarea. În timp ce copiii ai căror părinţi manifestă asemenea atitudini prezintă o dezvoltare intelectuală rapidă, originalitate, stabilitate emoţională şi autocontrol, copiii părinţilor autoritari, intoleranţi sunt instabili, rebeli, agresivi şi cu o mai mare tendinţă de a declanşa certuri sau scandaluri (Baldwin, 1945). De cea mai mare importanţă este felul în care copiii percep atitudinea părinţilor faţă de ei.

Dacă această atitudine este percepută ca fiind una pozitivă, copilul va fi mulţumit de sine şi de propriul său corp. Dacă atitudinea percepută este una negativă, copilul va dezvolta, la rândul său, o atitudine predominant negativă faţă de sine şi propriul trup şi o atitudine de nesiguranţă (Jourard & Remy, 1955). Se pare că tipul de atitudine pe care părinţii o adoptă faţă de copiii lor reflectă în mare măsură nivelul de auto-acceptare. Mamele ce tind să fie tolerante cu ele însele se vor comporta în acelaşi fel şi faţă de copiii lor (Medinnus & Curtis, 1963).

Un studiu extensiv asupra originilor **stimei de sine** oferă o dovadă în plus pentru susținerea celor afirmate de Rogers. Coopersmith (1967) a realizat un studiu asupra stimei de sine, definită de el din perspectiva atitudinii pe care individul o adoptă și o menține în mod obișnuit față de sine. Stima de sine este, în acest caz, judecata personală asupra propriei valori.

Este o caracteristică generală a personalității, nu o atitudine momentană sau specifică anumitor situații. Stima de sine a fost evaluată cu ajutorul unui chestionar cuprinzând 50 de itemi – "Self Esteem Inventory" ("Inventarul stimei de sine") – majoritatea itemilor provenid din scale utilizate anterior de Rogers. Copiii din școlile publice, din zona centrală a Connecticut-ului, au completat chestionarul, iar scorurile lor au fost utilizate pentru a defini grupurile cu stimă de sine înaltă, medie și redusă. Comparați cu copiii cu stimă de sine redusă, cei cu stimă de sine ridicată s-au dovedit a fi mai asertivi, mai independenți și creativi. Totodată, ei manifestau tendința de a nu accepta definițiile sociale decât dacă acestea erau în concordanță cu propriile lor observații, manifestau o mai mare flexibilitate și imaginație și erau capabili de a găsi soluții mai originale la probleme. Cu alte cuvinte, estimărilor subiective ale stimei de sine li se asociau o multitudine de comportamente.

Ce se poate spune, însă, despre originile stimei de sine? Coopersmith a obținut date despre modul în care copiii își percep părinții, evaluări din partea unor membri ai echipei de cercetare care le intervievaseră pe mame și răspunsurile aceloraşi mame la un chestionar legat de practicile și atitudinile referitoare la creșterea copiilor. Rezultatele au demonstrat faptul că indicatorii exteriori ai prestigiului social, precum bunăstarea materială, nivelul de educație și pregătirea profesională nu au un efect atât de semnificativ, cum se presupune adesea. Dimpotrivă, efectul major asupra judecăților de valoare (corelate cu stima de sine) pe care copiii le emit referitor la propria persoană este exercitat de condițiile din mediul familial și cele din mediul interpersonal imediat. Copiii sunt influențați în judecățile despre propria persoană printr-un proces de *reflectare asupra aprecierii* prin care preiau opiniile pe care persoanele importante pentru ei le emit despre ei și utilizează apoi aceste opinii în propriile judecăți despre ei înșiși.

Ce tipuri de atitudini și comportamente parentale sunt mai importante în formarea stimei de sine? Trei aspecte ale interacțiunii părinte–copil sunt mai importante în acest sens. Primul se referă la *gradul de acceptare*, adică interesul, afecțiunea și căldura manifestate față de copil. Datele au arătat faptul că mamele ai căror copii au o stimă de sine ridicată sunt mai iubitoare și au relații mai apropiate cu copiii lor, decât mamele ai căror copii prezintă un nivel scăzut al stimei de sine. Interesul manifestat de mamă pentru copil pare a fi interpretat de acesta ca un indicator al valorii pe care el o are pentru ea, a faptului că este demn de preocuparea, atenția și timpul pe care mama și persoanele importante din jur i-l consacră.

Al doilea aspect important al interacțiunii părinte-copil ține de *permisivitate* și *pedeapsă*. Datele experimentale indică faptul că părinții copiilor cu stimă de sine ridicată stabilesc reguli clare și le aplică cu fermitate. Forma preferată pentru influențarea comportamentului copiilor este, în cazul acestor părinți, recompensa. În opoziție cu acest tip de comportament, părinții copiilor cu o stimă de sine scăzută le oferă acestora insuficientă direcționare, manifestă severitate și lipsă de respect în tratamentul aplicat copilului. Acești părinți nu stabilesc și nu aplică linii directoare clare pentru copiii lor, apelează mai degrabă la pedeapsă decât la recompensă ca formă de influențare a comportamentului. Totodată, ei pun accentul pe forță și amenințări, cu retragerea afecțiunii față de copil.

În fine, s-au descoperit diferențe între tipurile de relații părinte-copil, în raport cu practicile democratice. Părinții copiilor cu stimă de sine ridicată stabilesc un set larg de reguli pe care se străduiesc să le aplice, însă fără a-și constrânge copiii, recunoscându-le drepturile și acceptându-le opiniile.

Părinții copiilor cu stimă de sine redusă stabilesc puține reguli, slab definite, manifestă un comportament autocratic, dictatorial, de respingere față de copil și nu sunt dispuși la compromisuri în metodele de control al comportamentului. Coopersmith își rezuma descoperirile astfel: "Cea mai generală afirmație despre originile stimei de sine se poate formula în termenii a trei condiții: acceptarea totală sau aproape totală a copilului de către părinte, limite clar definite și ferm puse în practică, respect și larghețe față de acțiunile individuale ale copilului, manifestate în cadrul limitelor propuse" (Coopersmith 1967, p. 236). Coopersmith indică

mai departe faptul că importante nu sunt atât acțiunile specifice, manifestate de către părinți, cât modul în care copilul își percepe părinții și motivele acțiunilor lor. Acest aspect este influențat de întregul climat familial în care se dezvoltă copilul.

Un studiu recent susține importanța unor asemenea condiții de educație a copiilor pentru dezvoltarea potențialului creator al acestora. Conform lui Rogers, copiii crescuți de părinți, care le oferă acestora siguranță și libertate psihologică, au mai mari șanse de a-și dezvolta potențialul creativ decât ceilalți copii. Siguranța psihologică oferită copilului se manifestă în acceptarea necondiționată și înțelegerea empatică față de acesta, iar libertatea psihologică se exprimă în toleranța față de exprimarea fără rețineri a propriilor idei. Pentru a testa validitatea acestei poziții, s-au realizat evaluări ale practicilor de creștere și educare a copiilor și ale tiparelor de interacțiune părinte-copil, pentru copii cu vârste cuprinse între 3 și 5 ani. Separat, s-au obținut evaluări ale potențialului creativ, evaluări realizate înaintea începerii școlii și în adolescență. Conform teoriei lui Rogers, condițiile familiale din copilărie (etapa preșcolară), privind siguranța și libertatea psihologică, prezentau o corelație semnificativă cu potențialul creator al acestor copii, atât la vârsta preșcolară, cât și în adolescență (Harrington, Block, & Block, 1987).

Opiniile lui Rogers despre caracteristicile și practicile parentale care determină dezvoltarea stimei de sine a copilului au influențat gândirea cercetătorilor și a experților în îngrijirea copilului. Deși nu fac întotdeauna referiri explicite la Rogers, în multe situații accentul pus pe respectul față de copil și protejarea stimei de sine a acestuia indică influența lui Rogers și a altor membri ai mișcării umaniste.

Oferim, în încheiere, câteva exemple de medii ale căror caracteristici încurajează dezvoltarea creativității și a personalității creative.

Mediu încurajator pentru creativitate:
Părinții respectă opiniile copilului și încurajează exprimarea acestora.
Părinții și copilul au o relație apropiată, caldă.
Copiilor li se permite să-și petreacă timpul cu alți copii sau cu alte familii care au concepții diferite.
Părinții își încurajează și își susțin copiii.

Părinții își încurajează copilul să acționeze independent.

Personalitatea creativă:
Tinde să fie mândru (mândră) de propriile reușite.
Este plin de resurse în demararea activităților.
Se implică din plin în activitate.
Are o paletă largă de interese.
Nu îl deranjează incertitudinile și complexitatea.
Persevează atunci când întâmpină dificultăți.

Rezumat

Abordarea fenomenologică pune accentul pe înțelegerea modului în care oamenii se auto-percep și în care percep lumea din jur. Teoria despre personalitate a lui Carl Rogers este ilustrativă pentru această orientare.

De-a lungul vieții sale, Rogers a încercat să îmbine intuitivul cu obiectivul, să combine sensibilitatea față de nuanțele experienței cu importanța acordată rigorilor științei. Rogers a subliniat calitățile pozitive, tendința spre auto-realizare a persoanei. În cercetările sale, a pus în evidență necesitatea de a înțelege experiența subiectivă a individului sau, cu alte cuvinte, câmpul său fenomenal.

Conceptul structural-cheie pentru Rogers este "sinele" – modul de organizare a percepțiilor și experiențelor asociate cu "sinele" și "eul". La fel de important este idealul de sine sau imaginea de sine pe care individul ar dori cel mai mult să o aibă. Tehnica Q-sort este o metodă folosită pentru a studia aceste concepte și relația dintre ele.

Rogers a redus importanța aspectelor comportamentale ce tind spre reducerea tensiunii psihice, sporind semnificația auto-realizării ca motiv uman central. Aceasta implică deschiderea permanentă către experiență și capacitatea de a o integra într-o imagine mai diferențiată despre sine. Rogers susținea, totodată, că oamenii acționează, astfel încât să păstreze consistența sinelui și să mențină congruența dintre percepțiile legate de sine și experiență. În acest sens, experiențele percepute ca periculoase pentru unitatea imaginii de sine pot fi – datorită unor mecanisme defensive, cum sunt distorsiunea și negarea – împiedicate să ajungă în sfera conștientă. O serie de studii susțin concepția conform căreia oamenii tind să

acționeze, astfel încât să-şi păstreze şi să-şi auto-confirme imaginea de sine.

Oamenii au o permanentă nevoie de a fi apreciați pozitiv. În condițiile în care aprecierea pozitivă se manifestă necondiționat, copiii şi adulții au posibilitatea de a se dezvolta pe fondul unei stări de congruență şi de a se auto-realiza. Pe de altă parte, atunci când aprecierea pozitivă e condiționată, oamenii au tendința de a elimina din conştiință anumite experiențe şi de a-şi limita potențialul de auto-realizare.

Copiii sunt influențați în judecățile pe care le emit despre ei înşişi printr-un proces de reflectare a aprecierii. Părinții copiilor cu stimă de sine înaltă sunt tandri şi toleranți, dar totodată fermi şi constanți în aplicarea regulilor stabilite.

Glosar

Acceptare pozitivă - căldură, respect şi acceptare din partea unei alte persoane; o nevoie umană înnăscută şi universală.

Acceptare pozitivă necondiționată - a place şi a accepta sentimentele şi conceptul de sine ale unei alte persoane chiar dacă nu eşti de acord cu standardele sale; o grijă față de o altă persoană care nu presupune judecare şi posesivitate. Nu se aplică comportamentelor specifice, care pot fi evaluate negativ.

Acceptarea pozitivă condiționată - a place şi a accepta o altă persoană numai dacă sentimentele şi conceptul de sine al persoanei respective sunt convergente cu standardele proprii.

Actualizare (tendința de reactualizare) - o tendință înnăscută de a ne dezvolta capacitățile constructive şi sănătoase; motivația umană fundamentală.

Apărare (Defense) - a răspunde la experiențele incongruente care amenință conceptul de sine prin distorsionarea perceptivă a acestora sau prin eliminarea lor selectivă din câmpul conştiinței.

Auto-acceptare pozitivă necondiționată - o stare ideală de acceptare totală a sinelui sau de absență a oricăror condiții de valorizare, care este rezultatul acceptării necondiționate din partea persoanelor semnificative.

Autoacceptarea pozitivă condiționată - a se place şi a se accepta pe sine numai dacă sunt satisfăcute standardele interiorizate ale persoanelor semnificative (condiții ale valorii), chiar dacă acestea pot să fie opuse tendinței de actualizare.

Auto-actualizare (Tendința de auto-actualizare) - tendința de a satisface conceptul de sine. Pentru ca o persoană să fie adaptată din punct de vedere psihologic, tendința învățată de auto-actualizare trebuie să fie congruentă cu tendința de actualizare înnăscută (organică).

Congruență - o stare sănătoasă de unitate între tendințele de actualizare şi autoactualizare (ex. între experiențele organice şi conceptul de sine)

Deschidere / Deschiderea sinelui (Self-disclosure) - revelarea informațiilor intime despre sine, care de obicei sunt ținute secret față de alte persoane.

Deschiderea spre experiență - disponibilitatea de a accepta ca oricare şi toate experiențele să devină conştiente şi fără distorsiune.

Deschiderea spre experiență - o trăsătură caracterizată prin nonconformism şi creativitate, opusă conformismului şi realismului. Una dintre trăsăturile de personalitate ale modelului Big Five.

Empatie - o înțelegere rezonabilă şi acurată a experiențelor unei alte persoane; "a se pune în papucii unei alte persoane".

Experiență - tot ceea ce i se întâmplă unui individ şi de care este conştient în prezent sau poate fi accesat conştient în viitor, incluzând gânduri, nevoi, percepții şi sentimente. O parte relativ mică a experienței este conştientă, în timp ce partea cea mai mare este inconştientă.

Incongruență - o stare de conflict între tendințele de actualizare şi cele de auto-actualizare (ex. între experiențele organice şi conceptul de sine).

Persoană deplin funcțională / persoană actualizată (Fully Functional Person) - o persoană care a atins optimul sănătății psihologice.

Q-Sort - o procedură de evaluare a conceptului de sine actual sau ideal al unui individ. Subiectul sortează o serie de card-uri folosind o scală de la "mă descrie cel mai puțin" la "mă descrie cel mai bine" și aproximând o distribuție normală; fiecare card conține o descriere personală.

Teoria centrată pe persoană - numele dat de Carl Rogers teoriei personalității propusă de el.

Teoria umanistă - o teorie a personalității care accentuează aspectele sănătoase și constructive ale naturii umane, și respinge constructe cum sunt modelul structural al lui Freud și natura nocivă și depersonalizantă a determinismului psihic.

Capitolul 5

PERSPECTIVA BEHAVIORISTĂ ASUPRA PERSONALITĂȚII

Behaviorismul este una din orientările majore ale psihologiei contemporane, iar Burrhus Frederick Skinner este cel mai faimos reprezentant al acestui curent. Paradigma behavioristă a fost lansată de către J. B. Watson, cel care, la începutul secolului trecut, a avansat ideea conform căreia conduita umană este întru totul influențată de mediu. Lui îi aparține de altfel celebra provocare: "Dați-mi 12 copii sănătoși, bine dezvoltați și o lume izolată în care să-i cresc și vă garantez că luându-l pe unul la întâmplare, îl voi forma în așa fel încât să devină specialist în oricare domeniu doriți; voi face din el avocat, artist, comerciant și, da, chiar cerșetor și hoț, indiferent de talentele, înclinațiile, tendințele, capacitățile, vocațiile și rasa strămoșilor lui." (Watson , 1924/1970, p.104).

"Talentele, înclinațiile, tendințele [și] capacitățile", despre care Watson spunea că pot fi învinse de mediu, reprezintă ceea ce majoritatea oamenilor consideră a fi personalitatea. Totuși, Watson definea personalitatea în termeni comportamentali. Comportamentele curente constituie personalitatea. Ele sunt modificate și extinse pe parcursul vieții. Modificarea personalității apare prin învățare, care e mai rapidă la începutul vieții, când, potrivit lui Watson, modelele de obișnuință se formează. Watson credea că studierea personalității necesită observarea extensivă a indivizilor. Ce ar trebui observat? Watson a enumerat mai mulți factori: educația, realizări, teste psihologice, activități recreaționale, emoții ale vieții cotidiene (J. B.Watson, 1924\1970, p. 279).

Relativ la problematica personalității, orientarea behavioristă propune ipoteze sensibil diferite comparativ cu alte abordări. În primul rând, personalitatea e definită în termeni de comportamente observabile: felul cum acționează un individ reprezintă personalitatea acestuia (Watson, 1924/1970). În al doilea rând, comportamentul (și,

implicit, personalitatea) se presupune a fi determinat de factori externi, adică de întăriri şi stimuli discriminatori din mediu. În al treilea rând, se consideră că e posibil să se exercite o influenţă pozitivă asupra oamenilor, schimbând condiţiile de mediu, inclusiv pe cele sociale. În al patrulea rând, se afirmă că schimbarea (restructurarea comportamentului) poate să apară oricând pe parcursul vieţii unei persoane. În sfârşit, acest angajament studiază individul, fără să presupună că factorii ce influenţează o persoană vor avea, în mod necesar, efecte similare asupra altcuiva.

Abordarea comportamentală nu întâmpină dificultăţi nici în explicarea diferenţelor individuale. Fiecare persoană are experienţa unui mediu oarecum diferit, cu diferite condiţii de învăţare. Inevitabil, diferite comportamente sunt învăţate. Din perspectiva unui behaviorist personalitatea sunt comportamentele (Lundin, 1969). Spre deosebire de abordările ce se referă la trăsături psihoanalitice, cele behavioriste nu sunt preocupate de structura personalităţii; în schimb, se preocupă de "natura funcţională a comportamentului", adică de modul în care interacţionează acesta cu mediul (Keehn, 1980).

Pe scurt, behaviorismul presupune că actele oamenilor sunt determinate de factori externi şi nicidecum de forţe interioare persoanei. Această presupoziţie a generat îndelungi dezbateri între behaviorişti (în special Skinner) şi umanişti care, spre deosebire de primii, susţineau că oamenii sunt liberi să aleagă cum să acţioneze. Skinner a afirmat la un moment dat că perspectiva behavioristă reprezintă o revoluţie ştiinţifică validă orientată împotriva concepţiilor anterioare care căutau cauzele comportamentului în interiorul persoanei.

5.1. BURRHUS FREDERICK SKINNER (1904-1990)

B. F. Skinner s-a născut la 20 martie 1904, în oraşul feroviar Susquehanna, statul Pennsylvania, SUA. A fost botezat "Burrhus" după numele de fată al mamei sale. Aceasta şi soţul său, William, de profesie avocat, l-au crescut pe Burrhus şi pe fratele lui mai mic,

Ebbe. Acesta din urmă a murit subit de o boală acută (foarte probabil o hemoragie cerebrală masivă), în anul în care Fred Skinner se înscrisese la facultate.

Copilăria lui Fred Skinner a fost fericită. El s-a dovedit de timpuriu a fi un fin explorator al regiunilor din jurul oraşului Susquehanna şi a arătat un interes aparte pentru invenţii. Acestea au inclus un aparat plutitor care separa boabele de soc coapte de cele crude, un perpetuum mobile şi un mecanism care să-i amintească să-şi atârne pijamalele în cui dimineaţa (Skinner, 1967, 1976).

Pe lângă invenţii, Skinner avea şi serioase preocupări literare. În perioada studiilor universitare pe care le-a urmat la Colegiul Hamilton a scris poezie şi proză. La îndemnul lui Robert Frost, a scris trei scurte povestiri. Aprecierea lui Frost a fost deosebit de încurajatoare, iar Skinner foarte motivat, astfel încât şi-a luat un an liber după absolvire, pentru a scrie un roman. Proiectul a dat greş, aşa cum de altfel anticipaseră şi părinţii săi. Mai târziu, el a conchis justificativ: "Am ratat ca scriitor, pentru că nu aveam nimic important de spus." (1967, p. 395). La acea vârstă, însă, nu a considerat că eşecul i s-a datorat lui, ci mai degrabă limitelor *metodei literare* în înţelegerea comportamentului uman. O opţiune mult mai bună a considerat a fi psihologia, deşi, ca student, nu urmase nici un curs de psihologie. Spre uşurarea părinţilor săi, Skinner a decis să se întoarcă la şcoală. A început studii postuniversitare de psihologie la Harvard, în 1928. În primul an a citit foarte mult, recuperând lipsa pregătirii anterioare în domeniu. A devorat numeroase studii fundamentale de psihologie, fiziologie şi filosofie, lecturate în limba originală de redactare (franceză şi germană). La Harvard, Skinner a întâlnit şi a audiat cursurile unor importanţi teoreticieni ai personalităţii. S-a înscris la cursul lui Henry Murray, "Psihologia individului", şi au devenit relativ repede buni prieteni. Gordon Allport s-a alăturat corpului profesoral la timp pentru a-l auzi pe Skinner susţinându-şi dizertaţia, dar prea târziu pentru ca Skinner să mai poată urma vreun curs predat de acesta.

Primul animal utilizat în scop experimental de către Skinner a fost o veveriță. A trecut curând, însă, la șobolani. A investigat mecanismele învățării cu un aparat inventat de el și pe care mai târziu Hull l-a numit *Cutia Skinner*. Era un dispozitiv menit să izoleze aspecte particulare ale învățării care erau confuze tocmai datorită limitelor labirintelor ce dominau studiile învățării din acea perioadă. Skinner lucra deja la o nouă teorie a condiționării care se dorea a fi o alternativă la modelul propus de Pavlov.

În 1931 își susține public teza de doctorat, dar își continuă pregătirea prin programe postdoctorale derulate de către Consiliul Național al Cercetării (1931-1933) și Societatea Harvard (1933-1936).

În 1936, cu puțin înainte de a începe să predea la Universitatea Minnesota (1936-1945), s-a căsătorit cu Yvonne Blue. Au avut împreună două fete. Pe cea mai mică au crescut-o în primii ani de viață într-un leagăn special modificat pe care el l-a numit "air-crib", proiectat astfel încât să asigure un bun control al mediului. Foarte curând, sute de astfel de leagăne au fost puse în vânzare, deși criticii spuneau că e inuman să pui un bebeluș într-o cutie Skinner modificată.

Unul dintre cele mai ciudate eforturi ale lui Skinner a fost "Proiectul porumbel". În timpul celui de-al doilea război mondial a dresat porumbei să ghideze rachetele spre ținte, adică spre minele de război dușmane de pe ocean. Deși era o tehnologie neobișnuită, încercările preliminare i-au dovedit eficiența. Totuși, guvernul a abandonat proiectul, înainte de a fi pus în aplicare. Eforturile au fost, în schimb, canalizate înspre crearea bombei atomice (Cohen, 1977).

Desigur că, pentru tot restul vieții, în centrul intereselor sale științifice a rămas studiul mecanismelor învățării prin condiționare. Cu toate acestea, lecturând lucrarea „Psihologia literaturii", putem lesne decide că Skinner a avut numeroase alte preocupări, literatura rămânând o pasiune a sa pe tot parcursul vieții.

În afara lucrărilor științifice, a mai scris romanul *Walden Two* și și-a notat mult într-un jurnal pe care l-a ținut mulți ani (Skinner, 1958a). În 1945, Skinner a acceptat postul de președinte al

Catedrei de Psihologie a Universității Indiana. În 1948, a fost atras înapoi la Harvard, prin oferirea unei poziții de profesor și punându-i-se la dispoziție un laborator. A rămas acolo, continuându-și cercetarea, formulând teorii și predând până la moartea sa, în august 1990, la vârsta de 86 de ani.

Potrivit unor sondaje efectuate de psihologi (ex., Heydeck & Fenigstein, 1984), Skinner a fost unul dintre psihologii cu cea mai mare influență din secolul al XX-lea. A primit multe distincții profesionale, inclusiv Premiul pentru Contribuție Științifică Deosebită din partea Asociației Psihologilor Americani (APA, 1958) și o recunoaștere fără precedent: Mențiunea pentru Contribuție Remarcabilă de-o Viață, acordată de APA, chiar înainte de moartea lui (APA, 1990).

5.2. TEORIA LUI SKINNER ASUPRA PERSONALITĂȚII

Înainte de a trece la teoria lui Skinner asupra personalității, considerăm că ar fi utilă compararea caracteristicilor generale ale acesteia cu cele ale teoriilor discutate în capitolele anterioare. Fiecare dintre teoriile prezentate în celelalte capitole pune accent pe concepte structurale. Freud a utilizat concepte structurale, cum sunt cele de id, ego și supraego; Rogers a apelat la concepte ca sine și sine ideal; Allport, Eysenck și Cattel au utilizat conceptul de *trăsătură*. Termenul de structură este legat de caracteristici de organizare relativ stabile și care joacă un rol important în explicarea diferențelor individuale. Abordarea comportamentală a personalității pune însă accentul pe specificitatea situațională și minimizează importanța predispozițiilor generale de răspuns comparativ cu importanța stimulilor din mediul extern.

Prin urmare, nu este surprinzător faptul că în teoria behavioristă există puține concepte structurale. Punând un accent redus pe structură, abordarea comportamentală evidențiază, însă, conceptele referitoare la procese, mai ales la procesele care sunt valabile în cazul tuturor indivizilor. Pe scurt, deoarece teoria este fundamentată pe asumpții diferite de cele ale altor teorii,

caracteristicile formale ale acesteia diferă semnificativ de cele care au fost deja studiate (vezi si Opre, 2002 ; Radu, 2002)

B. F. Skinner a propus o teorie a comportamentului bazată pe principiul numit de el condiționare operantă. Această teorie descrie cum comportamentul e influențat de efectele sale, adică de recompense și pedepse. Deși majoritatea subiecților săi erau animale, în special șobolani, Skinner a scris mult despre utilitatea perspectivei behavioriste în aplicarea comportamentului uman. Modelul învățării la animale este acceptat astăzi în toată lumea științifică, dar extinderea sa la oameni a iscat serioase controverse.

Spre deosebire de ceilalți teoreticieni amintiți până acum în această carte, Skinner nu a propus cauze ale comportamentului care să țină de personalitatea individului (Skinner, 1945b). De fapt, Skinner a respins ideea personalității ca disciplină care nu devenise în totalitate științifică și care mai era contaminată de presupuneri filosofice pre-științifice. Ideea comportamentului cauzat de forțe interne personalității (trăsături, gânduri, nevoi etc.) ar trebui abandonată, spune Skinner, în favoarea unor explicații mai științifice, exterioare personalității. Deci, această teorie nu prezintă o concepție a realității în sensul obișnuit, ci mai degrabă o provocare a ideii că o teorie a personalității poate fi științifică.

Această abordare se concentrează asupra prezicerii și controlului comportamentelor observabile și deschise. În plus, se afirmă că influențele comportamentului sunt externe individului. În opoziție, teoriile clasice ale personalității au căutat, de regulă, cauzele comportamentului în interiorul individului: trăsături, nevoi etc. Skinner a susținut că e ilogic să consideri că trăsăturile personalității (cum ar fi extraversiunea) sau motivele interne (autorealizarea sau anxietatea) sunt cauze ale comportamentului. Cauzele interne, afirmă Skinner, implică un raționament circular; trăsăturile sunt deduse din comportament, din observații anecdotice sau din analize formale. Trăsăturile sunt, deci, simple descrieri sumare ale comportamentului. Să spui că: a) "Mihai e agresiv pentru că lovește oamenii." (o inferență) și b) "Mihai lovește oamenii, pentru că e agresiv." (o explicație) reprezintă o circularitate neîntemeiată logic.

Skinner a argumentat că, trecând de la explicații interne, cum ar fi trăsăturile, la cele externe, cum ar fi stimulii și întăririle, faptul reprezintă un pas înainte pe calea științei. Variabilele externe sunt la îndemâna științei. Ele pot fi manipulate de cercetător, astfel încât statutul lor de cauze comportamentale nu e pus la îndoială.

Behaviorismul lui Skinner este mai "extern" decât alte abordări comportamentale. Se numește behaviorism radical, pentru a-l deosebi de teoriile învățării care includ anumite cauze interne ale comportamentului, cum ar fi pulsiunile și variabilele cognitive.

Simțul comun ne spune că gândurile pot determina un comportament: "M-am gândit la prietenul meu, așa că l-am sunat ". Intenția este deseori oferită ca explicație: o persoană intenționează să facă ceva și intenția este privită drept cauză a acțiunii respective. De ce ar respinge Skinner gândurile, intențiile și alte stări interne, drept cauze ale comportamentului în teoria sa? În primul rând, stările mentale nu pot fi observate de către alții. Ele sunt experiențe personale și pot fi doar deduse din comportament, cum ar fi imaginea de sine. O știință ar trebui să se bazeze pe observații directe. În al doilea rând, individul nu își cunoaște starea internă foarte precis (imaginea de sine e deseori greșită).

Skinner (1963, 1975, 1990) a afirmat că progresul științific în psihologie necesită abandonarea mentalismului care explică comportamentul în termeni de stări mentale interne. În psihanaliză, "anxietatea" este frecvent invocată drept starea mentală responsabilă pentru variate comportamente defensive. Perspectiva cognitivă modernă, cu o largă popularitate, a fost și ea respinsă de Skinner (1985). Motivul respingerii l-a constituit acceptarea de către această paradigmă a tezei clasice, conform căreia cauzele comportamentului nostru se află în interiorul organismului (Hayes & Brownstein, 1985; Wessells, 1981, 1983).

În interpretarea lui Skinner, viața interioară a sentimentelor și gândurilor nu ar trebui privită drept cauză a comportamentului observabil. Gândurile și sentimentele sunt mai degrabă simple produse colaterale (Skinner, 1975) ale factorilor de mediu care cauzează un comportament deschis. Oamenii sunt adaptabili. Ei

învață să se acomodeze la mediile în care trăiesc. Spre deosebire de animalele inferioare, care reacționează față de mediu în special prin instinct, oamenii pot învăța să răspundă în moduri sensibil diferite, în funcție de ceea ce e util într-o situație dată. Această capacitate de a se acomoda flexibil la mediu, de a învăța, are o înaltă valoare adaptativă.

Comportamentul adaptativ constituie o teză majoră a teoriei personalității. Psihanaliștii accentuează funcția adaptativă a Eu-lui, în opoziție cu forțele inconștiente din interiorul persoanei, care sunt mai puțin adaptative. Umaniștii descriu potențialul conștientizat al omului mult mai funcțional.

Skinner și-a propus o descriere mai precisă și mai științifică a comportamentului adaptativ, căutând să ofere un răspuns simplu la întrebarea: cum își dezvoltă individul uman comportamentele adaptative?

Conform ideii de bază, comportamentul e determinat de influența acțiunii mediului proxim. Skinner descrie această idee ca pe o selecție a comportamentului prin consecințele sale. A comparat această selecție cu principiul evoluționist al selecției naturale care triază organismele pe baza capacității lor de reproducere pentru un anumit mediu. Totuși, selecția comportamentală are loc mai rapid și nu implică mecanisme genetice. Aceasta reprezintă, de fapt, capacitatea de a învăța din experiență.

Comportamentul adaptativ presupune flexibilitate. Deși teoria lui Skinner e considerată drept o "teorie a învățării", e destul de diferită față de alte teorii în care comportamentele nu sunt schimbate, ci doar conectate la noi stimuli. De exemplu, câinele lui Pavlov ar fi putut să învețe mai degrabă să saliveze la sunetul unui clopoțel, decât la mâncare (prezentată ca pe un stimul necondiționat controlat), dar răspunsul de salivație nu era nou. Skinner nu s-a considerat un psiholog "S-R" (Stimul-Răspuns), termenul popular folosit de abordările învățării în acea perioadă (Evans, 1981b). S-a îndepărtat de conceptul de reflex Stimul-Răspuns (S-R), la care s-a referit în primele scrieri, orientându-se spre o conceptualizare a comportamentului, așa cum rezultă el din selecția realizată de mediu.

În cele ce urmează, vom analiza teoria skinneriană prin prisma răspunsurilor pe care aceasta le oferă întrebărilor: *Ce?, De ce?* și *Cum?*. Răspunzând acestora, vom descoperi împreună structura, procesele și, respectiv, dezvoltarea personalității, așa cum le-a descris Skinner.

5.2.1. Structura personalității

Unitatea structurală cheie în abordările comportamentale, în general, și în cea a lui Skinner, în particular, este răspunsul. Răspunsurile variază de la un simplu reflex (ex., salivația la vederea mâncării, tresărirea la un sunet puternic), la comportamente complexe (ex., rezolvarea unei probleme matematice, forme subtile de agresivitate). Componenta critică a definirii răspunsului este că acesta reprezintă un comportament extern, observabil, care poate fi legat de anumite evenimente din mediu. Procesul de învățare presupune, în esență, asocierea sau conexiunea răspunsurilor care apar ca rezultat al evenimentelor din mediu.

Pentru a analiza procesul de învățare în amănunt, Skinner și-a dat seama că era necesar să aleagă cu grijă o mărime dependentă. Cercetările anterioare, cum ar fi cutia puzzle, a lui Thorndike, amestecau mai multe procese, astfel încât era greu de știut exact ce schimbări apăreau în timpul învățării. Pe de altă parte, Skinner era interesat de acțiuni ale întregului organism, așa că nu a dorit să aleagă o componentă fiziologică, cum ar fi spasmul muscular", sau reflexele neurologice la care s-au referit teoreticienii abordării pavloviene.

Skinner a argumentat că cele mai bune comportamente operante ce pot fi folosite în scopul cercetării sunt acelea care apar în mod distinct și repetat, astfel încât ele pot fi observate și cuantificate cu claritate. Învățarea e apoi măsurată prin schimbarea (creșterea sau scăderea) în rată (sau în frecvență) a unui asemenea răspuns operant, pe parcursul timpului (Skinner, 1950, 1953b).

Unii cercetători l-au criticat pe Skinner, pe motiv că ignorase alte aspecte ale învățării, cum ar fi alegerea sau latența (ex., Murr, 1987 Nevin, 1979, Pribram, 1973).

Investigarea experimentală necesită controlul unor influenţe exterioare. Animalele inferioare, al căror comportament este, în cea mai mare parte, reflex, oferă mai multe ocazii pentru controlul comportamentelor lor, mai puţin adaptative, decât în cazul oamenilor. (Behavioriştii presupun că procesele primare de învăţare studiate la animale pot fi aplicate la oameni.). În plus, dacă plasăm animalul într-un mediu controlat, putem să-l controlăm în continuare. Skinner a inventat un aparat, care a ajuns să fie cunoscut drept *Cutia Skinner*, pentru a asigura un mediu în care răspunsurile operante ar putea fi observate imediat şi înregistrate automat. A conceput aparatul pe când urma cursurile postuniversitare, printr-o serie de modificări destul de drastice ale labirintelor des folosite în studiul învăţării în acea perioadă. De-a lungul timpului, aparatul a devenit tot mai complicat, prezentând înregistrări automate şi mecanisme de întărire.

De fiecare dată când răspundea animalul (un şobolan apasă pe o pârghie sau un porumbel ciocăneşte un disc), răspunsul e înregistrat automat. Răspunsurile sunt expuse într-o înregistrare cumulativă. Asemenea înregistrări sunt realizate de aparate care au evoluat de-a lungul carierei lui Skinner, ca rezultat al încercărilor lui de a-şi simplifica munca. O înregistrare cumulativă reprezintă grafic răspunsurile în funcţie de timp. O dată cu trecerea timpului (reprezentată pe axa orizontală), fiecare răspuns mişca o peniţă de înregistrare cu un nivel mai sus pe axa verticală. Rate de răspuns mai mari determină pante mai abrupte. Cele slabe produc pante mai line. Dacă un animal nu răspunde deloc, atunci graficul intră în platou. Dacă peniţa ajunge la marginea de sus a hârtiei, e trimisă pur şi simplu înapoi la marginea de jos şi înregistrarea continuă.

Această metodă de înregistrare a făcut posibil ca Skinner să vadă dintr-o privire rezultatul unei sesiuni experimentale, fără a aştepta analiza statistică (a folosit rareori statistica). Pentru că aparatul înregistra automat, nu era nici măcar necesar ca cercetătorul să fie prezent în timpul unei sesiuni experimentale.

În abordarea sa asupra învăţării, Skinner face distincţia dintre răspunsurile determinate de stimuli cunoscuţi, cum ar fi reflexul de clipire la un jet de aer, şi răspunsuri care nu pot fi asociate cu nici un stimul. Aceste răspunsuri sunt emise de organism şi se numesc răspunsuri operante/operanţi (operants). Din perspectiva lui Skinner,

în aceste condiţii, stimulii din mediu nu obligă organismul să iniţieze un comportament, nu incită la acţiune. Cauza primară a comportamentului este organismul însuşi. "În cazul comportamentelor operante nu stimulii din mediu sunt determinanţi, ele apar pur şi simplu. În terminologia condiţionării operante, răspunsurile operante sunt emise de către organism. Câinele umblă, fuge şi sare; pasărea zboară; maimuţa sare de la o creangă la alta, copilul gângureşte. În fiecare dintre aceste cazuri, comportamentul apare fără un stimul declanşator specific. Emiterea de comportamente operante este o caracteristică biologică a organismului" (Reynolds, 1968).

De altfel, referindu-se la distincţia răspuns reflex – răspuns operant, Skinner afirmă: nu toate comportamentele sunt guvernate de regulile condiţionării operante. O lovitură în genunchi, de exemplu, va determina o mişcare a genunchiului, printr-o acţiune reflexă. Acest răspuns nu este afectat de consecinţe. În opoziţie cu acesta, comportamentul operant e unul emis liber de organism. De exemplu, un şobolan într-o cuşcă poate să-şi ridice laba, să-şi scarpine urechea, sau să-şi mişte coada; acestea sunt comportamente operante. Un student ar putea ca, în timpul unui curs, să pună o întrebare, să scrie în caiet, să-i şoptească ceva unui coleg, şi acestea sunt comportamente operante. Care comportamente vor deveni mai frecvente şi care îşi vor reduce frecvenţa depinde de consecinţele ce succed comportamentelor respective.

5.2.2. Procesele personalităţii

Pentru a evalua procesele personalităţii aşa cum apar ele în modelul skinnerian, va trebui, în fapt, să analizăm mecanismele proceselor de condiţionare. Skinner este cel ce a introdus termenii de "condiţionare clasică" (C. C.) şi "condiţionare operantă" (C. O.), pentru a deosebi modelul învăţării reflexe al lui Pavlov (CC) de modelul său (C. O.) (Skinner, 1953).

Condiționare clasică versus condiționare operantă

Condiționare clasică. În condiționarea clasică, apariția întăririi pozitive sau a pedepsei nu depinde de ceea ce face subiectul. Ivan Pavlov (1906, 1927, 1928) a fost primul care a demonstrat acest principiu simplu de învățare, îmblânzind un câine într-o cameră izolată fonic. În procedeul său, Pavlov prezintă câinelui un stimul neutru (cum ar fi unul luminos sau auditiv) și, imediat după aceasta, îi dă mâncare, ceea ce îl face să saliveze. După numeroase repetări ale acestei asocieri, câinele ajunge să saliveze la simpla apariție a luminii.

În acest experiment, lumina a fost în mod repetat asociată cu un stimul necondiționat (mâncarea) care declanșa automat salivația (reacția neconditionată). Astfel, lumina devine un stimul condiționat care poate singur să declanșeze salivația, o reacție învățată prin condiționare (o reacție condiționată). În condiționarea clasică, stimulul condiționat (ex., lumina) precede și determină reacția condiționată (salivația).

Condiționarea operantă. Skinner a fost de acord cu Pavlov și Watson că există comportamente învățate prin condiționare clasică. De exemplu, scaunul de la dentist poate deveni o sursă de anxietate, pentru că a fost în mod repetat asociat cu etapa dureroasă a intervenției.

Cu toate acestea, susține Skinner, marea majoritate a situațiilor de învățare sunt determinate/influențate decisiv de ceea ce se întâmplă după ce se realizează un anumit comportament. Altfel spus, "comportamentul este modelat și menținut de consecințele sale" (Skinner, 1971/1972).

Potrivit lui Skinner, comportamentele operante asupra mediului care au consecințe pozitive (sunt întărite) au o mai mare probabilitate de apariție. El a numit aceste comportamente operante, iar procesul prin care sunt învățate – condiționare operantă. Orice eveniment care crește probabilitatea de apariție a unui comportament, fie prin prezența sa (întărire pozitivă), fie prin dispariția sa (întărire negativă) este prin definiție o întărire. Astfel, Skinner nu face nici o referire la satisfacții interioare sau la limitarea unor tendințe.

Spre deosebire de influențele unilaterale ale mediului asupra comportamentului reflex, comportamentul operant implică un răspuns atât din partea persoanei (ori a altui organism), cât și din partea mediului. Comportamentul unei persoane conduce la o schimbare contingentă în mediu (consecința). La rândul său, comportamentul persoanei se modifică în funcție de calitatea acestei consecințe. Mii de ore de observații au avut ca rezultat descrierea principiului fundamental al acestui comportament adaptativ. Există două căi principale de a crește frecvența unui răspuns: întărirea pozitivă (de obicei, numită simplu "întărire") și întărirea negativă. Există, de asemenea, două căi de a scădea frecvența unui răspuns: pedeapsa și extincția. În limbajul comun, o persoană se adaptează făcând mai frecvent acele lucruri care determină creșterea consecințelor favorabile (întărire pozitivă) sau pe cele prin care se reduc efectele nefavorabile (întărire negativă). O persoană realizează mai rar acele comportamente care pot să conducă la consecințe nefavorabile (pedepse) sau care le împiedică pe cele favorabile să apară (extincții).

Întărirea pozitivă

Comportamentul ce se dovedește adaptativ într-un anumit mediu este întărit. Cercetările lui Skinner indică totuși că ceea ce are o influență mare reprezintă mai degrabă consecințele imediate, pe termen scurt, ale comportamentului, decât orice altă anticipare a consecințelor pe termen lung ale comportamentului adaptativ.

Întărirea pozitivă corespunde cu ceea ce noi am numi în mod obișnuit "recompensă". Skinner nu a folosit termenul de "recompensă", pentru că prezenta conotații cum ar fi plăcerea, care nu putea fi observată direct. El a preferat să definească întărirea în termeni comportamentali. O întărire pozitivă e orice stimul (eveniment) a cărui prezență sporește frecvența comportamentului asupra căruia acționează (Skinner, 1953a, p.185). Adică, există o

creştere a ratei de răspuns, comparativ cu rata de răspuns înainte de orice întărire.

Unele întăriri, cum ar fi mâncarea, sunt înnăscute; acestea se numesc întăriri primare. Altele, cum ar fi banii sau lauda, nu devin eficiente decât după ce le este învăţată valoarea; aceste recompense învăţate se numesc întăriri secundare. Nu există nici o garanţie că vreunul din aceste tipuri de întărire va avea efect pozitiv pentru individ pe termen lung. Unii oameni mănâncă multe semipreparate, comportament întărit de gustul lor, dar vor avea probleme cu sănătatea. Alcoolul şi o serie de droguri reprezintă, de asemenea, întăriri de scurtă durată.

Alţi oameni, asupra cărora acţionează întărirea prin bani sau laudă, se autoextenuează până la o moarte prematură. În ciuda excepţiilor individuale, întărirea reprezintă principiul prin care apare comportamentul adaptativ. Nu toţi oamenii răspund identic la o consecinţă ambientală a conduitei lui. Dacă un profesor laudă un student, pentru că pune întrebări, şi dacă frecvenţa întrebărilor creşte, atunci lauda a servit drept întărire la comportamentul de a pune întrebări. Aceeaşi laudă, însă, nu va fi numită întărire dacă, nu a crescut frecvenţa comportamentului; unii studenţi ar putea prefera ca profesorul să nu atragă atenţia asupra lor.

O consecinţă poate să nu reprezinte totdeauna o întărire. Doar observând efectele asupra frecvenţei comportamentului, ale rezultatului contingent al unui stimul, putem determina dacă respectiva consecinţă reprezintă într-adevăr o întărire într-o situaţie anume, şi pentru un individ anume.

Pentru o înţelegere mai bună, se menţionează că astfel de întăriri, a căror declanşare creşte frecvenţa de răspuns, sunt numite întăriri pozitive, pentru a le deosebi de un alt tip de întărire, mai puţin obişnuită şi deseori derutantă - întărirea negativă.

Întărirea negativă

În afară de căutarea de recompense, adaptarea presupune şi evitarea unor stimuli dureroşi sau aversivi. Pentru a folosi termenii

sugeraţi de „metafora evoluţiei", dezvoltată de Skinner, omul primitiv a trebuit să-şi găsească hrană (întărire pozitivă) şi să se adăpostească din cauza frigului (întărire negativă). O întărire negativă este "orice stimul a cărui retragere accentuează (sporeşte frecvenţa) unui comportament" (Skinner, 1953a).

Dacă frigul este un stimul aversiv şi dacă aflarea unui adăpost este urmată de încetarea senzaţiei de frig, atunci căutarea unui adăpost devine mai frecventă, şi spunem că ea a fost întărită negativ.

Întărirea negativă a fost deseori confundată cu pedeapsa. Amândouă sunt aversive, dar ele au efecte diferite asupra comportamentului. Toate tipurile de întărire pozitivă sau negativă cresc frecvenţa răspunsului. În opoziţie cu acestea, pedeapsa scade frecvenţa lui. Statul pe o podea de beton e urmat de o creştere a senzaţiei de frig, ceea ce e o pedeapsă. Ca urmare, în viitor, acest comportament devine mai puţin frecvent.

Pedeapsa

Pedeapsa e un stimul care, dacă e prezentat imediat după un răspuns, scade rata acestuia. Ea apare atunci când o întărire pozitivă e retrasă sau când una negativă e prezentă (Skinner, 1953a).

De exemplu, adesea părinţii reduc frecvenţa unui comportament neadecvat la copiii lor, interzicându-le să se uite la televizor sau certându-i. Exemple de pedepse există din plin, deoarece "pedeapsa este cea mai obişnuită tehnică de control în viaţa modernă" (Skinner, 1953a). E folosită de părinţi, educatori, guverne şi chiar de religie care ameninţă cu consecinţele faptelor noastre în viaţa de apoi.

Efectul imediat al pedepsei este, prin definiţie, reducerea frecvenţei unui comportament operant. Animalele din cutia Skinner învaţă repede să nu mai realizeze comportamente care le aduc şocuri electrice. Din nefericire, pedeapsa are şi o serie de efecte negative,

neintenționate, astfel încât, argumentează Skinner, aceasta devine o tehnică în general nedorită în controlul comportamentului.

În primul rând, pedeapsa produce reacții emoționale, inclusiv frica și anxietatea, care persistă chiar și după ce comportamentul nedorit a încetat. Aceste emoții se generalizează deseori și pentru alte situații. De exemplu, copiii pedepsiți din cauza unor tentative de a explora sexualitatea, ar putea suferi de anxietate, chiar și în circumstanțe în care comportamentul sexual ar fi normal. Emoțiile negative, învățate prin pedeapsă, reprezintă stări aversive. Comportamentele care se finalizează în aceste stări sunt, deci, întărite negativ și, astfel, devin mai frecvente. Mecanismele de apărare motivate de vină, descrise de psihanaliști, pot fi explicate în acest mod. În al doilea rând, comportamentul pedepsit poate să apară mai târziu. Pedeapsa are deseori un succes rapid, în reducerea comportamentului indezirabil, dar acest efect este pe termen scurt. Dacă agentul de control nu poate administra pedeapsa în continuare, ca un fel de *aducere aminte*, deseori comportamentul va reveni.

Skinner a criticat foarte mult pedeapsa și a cerut societății să găsească metode mai eficiente și mai umane în controlarea comportamentelor. O alternativă ar fi înlocuirea comportamentelor nedorite.

Întărindu-le pe cele alternative, care sunt incompatibile cu cele nedorite, comportamentul poate fi eliminat fără pedeapsă (Jones & Baker, 1990; Matson & Kazdin, 1981). De exemplu, copiii ar putea fi recompensați atunci când se joacă în echipă, decât să fie pedepsiți, pentru că se bat.

În anumite circumstanțe, totuși, Skinner a considerat că pedeapsa e justificată. De exemplu, îi poate preveni pe unii copii autiști să-și provoace rău, atunci când alte metode sunt ineficiente (Griffin, Paisey, Stark & Emerson, 1988).

Extincția

Când întărirea care a întreținut un comportament operant încetează, comportamentul devine, în cele din urmă, din ce în ce mai puțin frecvent. De exemplu, un copil poate necăji (comportament operant) un partener de joacă, comportamentul fiind întărit de

semnele de stânjeneală ale acestuia. Dacă colegul nu mai reacționează, copilul va înceta în cele din urmă să-l mai necăjească. Această reducere a frecvenței răspunsului, când nu mai acționează întărirea, se numește *extincție*. Prima investigație a lui Skinner cu privire la extincția experimentală a început în Occident, când aparatul cutiei Skinner, care distribuia mâncare, s-a blocat (Skinner, 1979, p.95). Uneori, marile descoperiri pot fi întâmplătoare!

Ar trebui menționat, însă, că acel comportament, care a suferit extincția, ar putea să apară mai târziu, în mod spontan. Poate acesta e modul organismului de a testa dacă mediul și-a recăpătat capacitatea de întărire.

Abordarea skinneriană se centrează pe calități ale răspunsurilor și pe legătura dintre acestea și rata, respectiv, intervalele la care sunt întărite sau pe **programele de întărire**. Un material experimental simplu, cutia lui Skinner, menționată mai sus, este utilizat pentru a studia aceste legături. Într-o astfel de cutie există un număr redus de stimuli, și se observă comportamente, cum ar fi apăsarea de către un șobolan a unei bare, sau lovirea cu ciocul a unui disc de către un porumbel. Acestea sunt condițiile ideale, confrom lui Skinner, pentru observarea legilor elementare ale comportamentului.

Aceste legi sunt identificate prin controlul comportamentului; în acest caz, apăsarea barei de către șobolan sau lovirea cu ciocul a discului de către porumbel. Comportamentul este înțeles atunci când poate fi controlat prin modificări specifice în mediu.

A înțelege comportamentul înseamnă a-l controla. El poate fi controlat prin alegerea răspunsurilor care sunt întărite și prin rata de întărire a acestora. Programele de întărire pot fi bazate pe un anumit interval de timp sau un anumit interval de răspuns. Într-un program bazat pe intervale temporale, întărirea apare după o anumită perioadă, de exemplu, la fiecare minut, indiferent de numărul de răspunsuri date de organism. Într-un program bazat pe rata răspunsurilor, întăririle apar după un anumit număr de răspunsuri (apăsări ale barei), în loc să fie date doar uneori. De asemenea, întăririle pot fi, în mod fix sau regulat, întotdeauna după o anumită perioadă de timp sau un anumit număr de răspunsuri sau în mod variabil, uneori după un minut, alteori după două minute sau uneori după puține răspunsuri, iar alteori după un număr mare de răspunsuri. Fiecare dintre aceste programe de întărire stabilizează comportamentul în modalități

diferite. Programele de întăriri, vor fi analizate, pe rând, în subcapitolul următor, *Dezvoltarea personalității*.

Într-un anumit sens, învățarea operantă reprezintă o formulare sofisticată a principiilor de dresare a animalelor. Comportamentele complexe sunt supuse *shaping-ului* printr-un proces de aproximare succesivă; cu alte cuvinte, comportamentele complexe sunt dezvoltate prin întărirea unor secvențe care seamănă cu forma finală care se urmărește a fi produsă. Procesul de shaping sau aproximarea succesivă, este ilustrat cel mai clar în munca dresorilor. Trucurile complexe pe care le fac animalele de la circ nu sunt învățate ca întreg. În schimb, dresorul suprapune secvențe de răspuns învățate prin întărirea anumitor comportamente care sunt legate de altele. Ceea ce începe ca o învățare a unor comportamente individuale ajunge a se transforma în executarea unor comportamente complexe în fața publicului. În cele din urmă animalul este recompensat pentru comportamentul său, dar întărirea finală este dependentă sau contingentă de performanța dintr-o serie de comportamente învățate anterior. O serie de comportamente umane complexe pot fi elaborate în același mod prin procesul aproximării succesive.

5.2.3. Dezvoltarea personalității

Perspectiva skinneriană asupra dezvoltării personalității subliniază importanța programelor de întărire în dobândirea și efectuarea comportamentelor. Există o mare diversitate de programe de întărire; pe unele dintre acestea le vom analiza în cele ce urmează.

Termenul program de întărire se referă la o relație specifică între răspuns și întărire. Este orice răspuns întărit? Sunt doar câteva întărite? Dacă da, care dintre ele? Skinner (1953a) a cercetat această problemă în detaliu. De fapt, cartea lui Ferster și a lui Skinner, „Programe de întărire" (1957) prezintă "70.000 de ore de înregistrare continuă a comportamentelor în care putem regăsi peste 250 000 de răspunsuri diferite" (Skinner, 1972).

Întărirea continuă (Î.C.)

Despre răspunsurile care produc mereu întărire se spune că fac parte dintr-un program de întărire continuă. Aceasta se întâmplă dacă un șobolan primește mâncare de fiecare dată când e apăsată pârghia; sau atunci când un client primește un pahar cu sifon ori de câte ori introduce bani în automat. Programele de întărire continuă determină învățarea rapidă, doar dacă întărirea urmează imediat comportamentului. Dacă există o întârziere între răspuns și întărire, învățarea va fi mai lentă. Dacă întârzierea e prea mare, învățarea nu va mai avea loc. Deși învățarea e rapidă prin întărirea continuă, extincția e și ea la fel de rapidă. Strategii, care au funcționat eficient în trecut, sunt rapid abandonate când eșuează. Poate mulți studenți din anul I, care au avut succes în liceu, au renunțat repede la studiu, deoarece acesta nu le-a mai adus imediat recompensa.

Munca lui Skinner sugerează că, dacă ai câteva eșecuri devreme în viață, poți să fii mult mai perseverent.

Programele de întărire parțială (ÎP)

Aceste programe au loc când doar unele răspunsuri sunt urmate de întăriri. Deși determină învățare mai lentă, aduc o rezistență mai mare la extincții decât cele de întărire continuă. Pentru a combina avantajele ambelor programe, cei care aplică tehnicile comportamentale pot produce învățarea rapidă, folosind un program continuu de întărire și, apoi, "slăbind" programul, întărind din ce în ce mai puține răspunsuri, astfel încât comportamentul să fie mai rezistent la extincție. Skinner a descris o varietate de programe de întărire parțială.

Întărirea în proporție fixă (PF)

Programele de întărire în proporție fixă întăresc comportamentul în funcție de numărul de răspunsuri care au fost emise. De exemplu, într-un program PF-15, organismul e întărit după fiecare al 15-lea răspuns (după răspunsul 15, după răspunsul 30 etc.). Răspunzând mai repede, e posibil să se "câștige" mai multe întăriri.

Este ceea ce face un porumbel flămând când lovește cu ciocul în căutare de grăunțe. Skinner (1972) a raportat că o pasăre a răspuns continuu timp de 2 luni. Angajații care sunt plătiți în funcție de numărul de piese executate lucrează și ei într-un ritm rapid, ceea ce compensează condițiile de lucru dificile. Teoria lui Skinner explică acest comportament nu printr-o "perseverență" interioară sau un "impuls" interior, ci mai degrabă în termeni de istorie externă a întăririlor.

Întărirea în proporție variabilă (PV)

Într-un program de întărire în proporție variabilă, întăririle sunt date în funcție de numărul de răspunsuri ale organismului, dar numărul exact de răspunsuri care trebuie realizate pentru fiecare răspuns variază la întâmplare în jurul unei medii prestabilite. În cazul unui program PV-15, organismul va primi pentru fiecare 15 răspunsuri o întărire. Uneori, totuși, o întărire va fi urmată de alta după doar 5 răspunsuri, ori 6, ori 7 și, uneori, 20 sau 30 răspunsuri vor fi realizate între două întăriri consecutive.

Ca și programul PF, un program de întărire în proporție variabilă determină un ritm mai ridicat de răspunsuri și este mai rezistent la extincție decât primul. Aceasta se poate explica prin scăderea gradului de conștientizare la schimbare a organismului de la întărire la extincție, deși Skinner nu ar fi folosit termeni atât de "mentaliști ".

Întărirea la interval fix (IF)

Programele de întărire la interval fix întăresc răspunsuri bazându-se pe trecerea timpului. De exemplu, un program IF-10 va întări organismul la sfârșitul fiecărui interval de 10 s, atâta timp cât cel puțin un răspuns va apărea în acest interval. Nu se pot obține alte întăriri, chiar dacă se răspunde mai mult decât o dată în intervalul respectiv; de aici, rata unică de răspunsuri, comparativ cu programele de întărire în proporție. Cele la interval fix (întăresc răspunsuri) produc o înregistrare în zigzag. La începutul fiecărui interval sunt realizate puține răspunsuri. Rata de răspuns crește foarte mult înspre

sfârșitul fiecărui interval. Un porumbel al cărui comportament a fost întărit la fiecare 10 secunde, va găsi altceva de făcut în primele câteva secunde, dar va lovi cu ciocul de mai multe ori spre sfârșitul fiecărui interval.

Elevii care dau teste săptămânale în fiecare vineri vor învăța în general foarte puțin la începutul săptămânii, dar vor depune un efort maxim joi. Există și elevi care vor învăța pe tot parcursul săptămânii, dar în studiul aplicat la oameni nu a fost determinată curba în zigzag, în mod constant, probabil datorită efectelor modificatoare ale limbajului.

(Michael, 1984).

Alternanța ratelor de răspuns mari cu ratele de răspuns slabe, care determină zig-zagul curbei, la subiecții umani, poate fi explicată și prin alți factori decât efectele unui program de întărire la interval fix. În această categorie intră instrucțiunile primite de la experimentator, instrucțiuni pe care subiecții și le dau lor înșiși și observarea răspunsului (Poppen, 1982). Generalizarea de la animale la oameni este complexă.

Program de întărire la interval variabil (IV)

Acest program presupune oferirea de întăriri în funcție de intervalele de timp care se schimbă de la o întărire la alta. Uneori, întăririle urmează rapid una după alta, atâta timp cât cel puțin un răspuns a apărut în acel interval. Alteori, există intervale lungi între întăriri. Fără un interval constant, zigzag-ul programului IF este aplatizat.

Programe multiple

Viața nu e, desigur, o simplă cutie Skinner. Noi adoptăm comportamente mult mai complexe, realizând răspunsuri variate, în funcție de diferite programe. Skinner, din nefericire, a investigat programele multiple de întărire doar în cercetările sale pe animale. În acest sens, multe animale au fost expuse unor programe alternative de întărire. Un IF ar putea fi urmat de un PV și apoi de un alt IV ș.a.m.d. Skinner a descoperit că rata răspunsului s-a schimbat pentru a se

adapta la fiecare program. El a mai demonstrat că animalele pot să dea simultan două răspunsuri diferite la două programe diferite, producând rate diferite ale răspunsului pentru fiecare program. Primele cercetări ale lui Skinner asupra acestui subiect au fost întrerupte, deşi el era de părere că "dacă vrem într-adevăr să explicăm comportamentul uman în întreaga sa complexitate, atunci avem nevoie de studii mult mai elaborate" (Skinner, 1963). Alţi cercetători au considerat că pentru animalele care acţionează simultan în concordanţă cu mai multe programe, acestea nu rămân total independente unul de celălalt. Comportamentele multiple se pot influenţa reciproc (McSweeney, Melville, Buck & Whipple, 1983). În plus, întăririle pot apărea uneori fără să producă răspunsul cerut de obicei. Când se întâmplă acest lucru, rata răspunsului e influenţată în moduri complexe, uneori crescând, iar uneori scăzând (Burgess & Wearden, 1986). Extincţia e un răspuns care poate să producă schimbări în alt comportament. Comportamentele întărite anterior pot reveni când un comportament întărit de curând nu mai produce întăriri, fenomenul numindu-se "revenirea extincţiei induse" (R. Epstein, 1985). Uneori, frecvenţa de apariţie a unui comportament agresiv, creşte în asemenea circumstanţe (Looney & Cohen, 1982).

Skinner susţinea că principiile comportamentale investigate de el în laborator, prin studii pe animale, se pot aplica şi vieţii noastre reale. Trebuie totuşi recunoscut, afirma el, că aceleaşi conduite, în context ecologic, sunt mult mai complexe. Apar multe comportamente întărite de multe programe diferite, chiar şi ele supuse schimbării. Criticii sunt sceptici în privinţa ideii că principiile întăririi pot fi aplicate oamenilor, exceptând unele situaţii foarte bine controlate. Gândul că viaţa de zi cu zi ar putea fi explicată doar în termeni comportamentali, fără a apela la concepte cu grad înalt de abstractizare, este pentru foarte mulţi o idee reducţionistă.

Trebuie recunoscut faptul că aceste efecte ale programelor de întărire au fost analizate atent şi în contextul dezvoltării subiecţilor umani. Studiile au relevat că, pe măsură ce copilul se dezvoltă, răspunsurile sunt condiţionate şi rămân sub controlul contingenţelor

din mediu. Se pune accent pe modul în care paternuri (tipare) de răspuns sunt influenţate de întăriri specifice din mediu. Copiii devin autonomi prin întărirea unor acţiuni de autoîngrijire cum sunt îmbrăcarea şi alimentarea. Copilul primeşte întărire imediat după realizarea comportamentelor, atât prin recompense materiale, de exemplu mâncare, cât şi sociale – laudă. Pentru a învăţa să tolereze amânarea gratificării, copilul poate fi întărit la început după o scurtă perioadă de amânare, iar apoi acest interval poate fi crescut treptat. După un timp, comportamentul de amânare se stabilizează şi se poate spune că acel copil şi-a dezvoltat capacitatea de a tolera amânarea recompensei.

Ce se întâmplă în cazul copiilor care imită comportamentul părinţilor, fraţilor sau al altor persoane? Sunt aceste comportamente legate de aceleaşi principii de întărire? Skinner susţine că anumite comportamente pot fi imitate, fără a fi întărite direct (Skinner, 1990). Aceasta apare, însă, numai în condiţiile în care imitaţia altor comportamente a fost întărită de mai multe ori. Astfel, prin generalizare, imitaţia preia calităţile unei întăriri. În timp ce iniţial copilul primeşte întăriri ca urmare a imitării unor răspunsuri specifice, ulterior a imita în general devine o întărire, dezvoltându-se astfel o tendinţă imitativă generală. Prin urmare, conform perspectivei skinneriene, comportamentele noi pot fi dobândite prin procesul aproximării succesive sau prin dezvoltarea unui repertoriu imitativ generalizat. În fiecare dintre aceste cazuri, comportamentele sunt controlate de contingenţele din mediu.

Teoretic, principiile comportamentale ar putea fi extinse la medii complexe. Relaţiile sociale, din punctul de vedere al unui behaviorist, pot fi înţelese, luând în considerare întăririle reciproce asigurate de fiecare persoană pentru o alta (Schmitt, 1984). Studiile comportamentale cu subiecţi umani au implicat, conform teoriei behavioriste, populaţii şi medii în care e posibil un înalt grad de control al mediului. Populaţia instituţionalizată (psihotici, inapţi din punctul de vedere al dezvoltării şi prizonieri) a fost studiată într-un mediu controlat. Limbajul a fost condiţionat, cerându-li-se oamenilor

să spună doar cuvinte izolate, nefiind permise propoziții sau fraze (Greenspoon, 1955).

Dezvoltarea ulterioară a unei teorii comportamentale a personalității va cere, totuși, o cercetare în medii mai puțin controlate. Nanazick, Bernstein și Fantino observă că, deseori, comportamentul uman trebuie studiat în condiții care nu pot fi controlate perfect și în populații care nu pot fi manipulate exclusiv la discreția programului nostru de cercetare.

Deși principiile operante descriu, fără îndoială, comportamentul animal și chiar pe cel uman, în medii controlate, e necesar mai mult de atât, și anume să se demonstreze că această abordare e productivă în înțelegerea personalității în medii naturale.

În ce măsură, într-un mediu natural comportamentul se schimbă în funcție de propriile-i consecințe? Smith (1983) observă că există puține cercetări despre acest subiect. Au fost făcute unele observații preliminare despre dezvoltarea timpurie a limbajului, dar, nu au fost suficient studiați factorii de mediu ce influențează dezvoltarea acestuia, pentru a ști cât de importanți sunt în opoziție cu factorii înnăscuți. Până când nu vom obține mai multe mărturii, până când nu sunt adunate mai multe dovezi, e imposibil să spunem cât din comportamentul uman etalat în medii reale poate fi explicat prin teoria lui Skinner.

Teoria lui Skinner a influențat psihologia învățării poate mai mult decât orice altă teorie modernă. Chiar și pentru cei care nu acceptă această perspectivă behavioristă radicală, influența sa a atras atenția asupra unor factori situaționali ce inițiază/mențin comportamentul. Skinner a contestat importanța factorilor interni în determinarea comportamentului, așa cum este ea larg acceptată de marea parte a psihologilor, dar și de mediul laic, aparținând culturii occidentale. Modelul condiționării operante al lui Skinner a reprezentat centrul unei active dezbateri intelectuale asupra condiției umane. Suntem noi liberi sau suntem simpli pioni în Univers? El a produs o reconsiderare revoluționară a naturii umane, la fel de spectaculoasă ca cea propusă de Freud.

Glosar

Behaviorism - o abordare psihologică care are ca și obiect de studiu doar comportamentul observabil.

Comportament deschis – un comportament ce poate fi observat cu încredere de observatori independenți care pot număra sau măsura în alt mod comportamentul.

Condiționare operantă - o formă de învățare în care răspunsul emis de organism operează asupra mediului pentru a produce o întărire pozitivă sau pentru a îndepărta o întărire negativă, prin urmare ducând la creșterea probabilității sale de apariție.

Condiționarea clasică - o formă simplă de învățare care a fost demonstrată prima dată de către Pavlov, în care un stimul condiționat (ex. o lumină) devine capabil să determine un anumit răspuns condiționat (salivarea) prin asocierea repetată cu un stimul necondiționat (mâncarea).

Contingențele întăririlor - relațiile dintre stimulii din mediul extern, un anumit răspuns și întărirea care urmează acelui răspuns.

Desensibilizare progresivă - o formă de terapie comportamentală în care clientul își imaginează secvențial ierarhia stimulilor care îi generează teamă și inhibă anxietatea rezultată folosind tehnicile de relaxare învățate anterior. Desensibilizarea *in vivo* poate fi folosită cu clienții care nu au abilitatea de a-și imagina situațiile care îi generează teamă astfel încât să resimtă anxietatea.

Economia de jetoane - o formă de terapie în care comportamentul dezirabil este urmat de întăriri pozitive (cum ar fi jetoane de plastic), care ulterior pot fi schimbate cu întăriri primare alese de client.

Extincție - scăderea frecvenței sau încetarea realizării unui comportament.

Generalizarea răspunsului - o schimbare a probabilității de apariție a unui răspuns care nu a fost el însuși condiționat, dar este relaționat cu un răspuns care a fost condiționat.

Generalizarea stimulului - apariția unui răspuns condiționat la un stimul care seamănă cu un stimul condiționat, fără ca în prealabil să fi existat o condiționare a acestuia.

Instruire programată - o abordare a educației în care sunt întărite anumite răspunsuri corecte, deseori de către o mașină de învățat (teaching machine), într-o secvență stabilită pentru a produce o învățare optimă.

Întărire - (1) În condiționarea clasică: prezentarea unui stimul condiționat și a unui stimul necondiționat aproximativ în același timp. (2) În condiționarea operantă: urmarea unui răspuns cu o întărire pozitivă sau cu îndepărtarea unei întăriri negative, ducând la creșterea probabilității de apariție a răspunsului. (3) În teoria lui Bandura: o creștere a frecvenței anumitor comportamente, bazată pe expectanțele conștiente legate de urmarea comportamentului de o întărire sau de evitarea unei pedepse.

Întărire condiționată (întărire secundară) - întărire oferită de un stimul condiționat.

Întărire continuă - întărire dată după fiecare răspuns corect. Opusul întăririi intermitente.

Întărire negativă (stimul aversiv) - un stimul care crește probabilitatea unui răspuns atunci când realizarea răspunsului respectiv conduce la îndepărtarea stimulului (cum ar fi un șoc electric sau dezaprobare).

Întărire parțială - un sinonim pentru întărirea intermitentă.

Întărire pozitivă - un stimul care crește probabilitatea unui răspuns când apare imediat după realizarea răspunsului respectiv, cum ar fi mâncarea sau aprobarea.

Întărire secundară - un sinonim pentru *întărire condiționată*; un eveniment care dobândește calitatea de întărire prin asociere cu o întărire primară.

Operant - un tip sau clasă de comportamente care sunt contingente cu întăririle.

Pedeapsă - o procedură desemnată pentru a reduce probabilitatea apariției unui comportament, în care comportamentul în chestiune este urmat de prezentarea unei întăriri negative sau îndepărtarea unei întăriri pozitive.

Probabilitatea unui răspuns - probabilitatea cu care un răspuns va fi emis într-o anumită perioadă de timp; de obicei inferată pe baza modificărilor care apar în rata frecvențelor sale.

Program de întăriri - program de întăriri continue sau (cel mai frecvent) intermitente, incluzând intervalul programărilor, rata întăririlor și combinarea acestora.

Răspuns - (1) un răspuns specific evocat de un anumit stimul. (2) o singură exemplificare a unui operant, cum ar fi a ciuguli o dată discul din cutia lui Skinner. (3) un sinonim pentru operant.

Răspuns condiționat - un răspuns la un stimul condiționat; adică un răspuns învățat prin condiționare.

Răspuns necondiționat - un răspuns automat, care nu a fost învățat și care este determinat de un stimul necondiționat.

Stimul condiționat - un stimul anterior neutru, care capătă proprietăți pozitive sau aversive prin condiționare.

Stimul necondiționat - un stimul care determină automat un răspuns (necondiționat) fără a fi necesară învățarea sau condiționarea acestuia.

Capitolul 6

TEORIA SOCIAL-COGNITIVĂ A PERSONALITĂȚII

6.1. CARACTERISTICI GENERALE

Din perspectiva învățării social-cognitive, orice încercare de a descrie comportamentul uman fără a acorda atenția cuvenită proceselor mentale nu poate oferi un model adecvat în modelarea personalității. Behaviorismul, neluând în considerare variabilele cognitive, riscă să eludeze tocmai dimensiunea umană a individului. A studia, spre exemplu, doar aspectele fiziologice ale emoției, omițând aspectele cognitive (toate acele gânduri ce preced și determină emoția), nu poate conduce la o deplină înțelegere a personalității umane.

Teoria social-cognitivă pune accent pe originile sociale ale comportamentului și pe importanța proceselor cognitive în toate aspectele funcționării umane: motivație, emoție și acțiune. Paradigma își are originile în teoriile învățării, motiv pentru care inițial a fost denumită teoria învățării sociale. Teoreticienii acestei orientări încearcă să depășească diviziunea clasică asupra persoanei în care perspectiva behavioristă este contrapusă celei umaniste. Teoria social-cognitivă are câteva caracteristici care o particularizează în raport cu celelalte abordări:

- Reliefarea individului ca agent de acțiune
- Supralicitarea originilor sociale ale comportamentului
- Relevarea importanței proceselor cognitive în dezvoltarea și funcționarea personalității
- Accentul pus pe cercetarea sistematică
- Dovezile privind posibilitatea învățării unor comportamente complexe în absența oricăror întăriri.

În cadrul comunității academice, perspectiva social-cognitivă este probabil cea mai populară și se pare că în ultima perioadă ea câștigă serios teren și în rândurile clinicienilor.

Teoria este reflectată cel mai evident în opera a doi mari psihologi contemporani: Albert Bandura și Walter Mischel.

6.2. REPREZENTANȚI

Albert Bandura (1925 -)

Bandura fost preocupat inițial de aplicațiile teoriei învățării la fenomenele clinice. Preocupare lui era de a conceptualiza fenomenele clinice într-un mod care să permită testarea lor experimentală. Ulterior, a studiat procesele interactive în psihoterapie și paternurile familiale care determină agresivitatea la copii. Studiile privind determinantele familiale ale agresivității au stat în spatele tezelor sale privind rolul central al modelării (învățarea prin observarea altora) în dezvoltarea personalității. Aceste studii s-au concretizat în două lucrări: "Agresivitatea în adolescență" (1959) și "Învățarea socială și dezvoltarea personalității" (1963). În lucrarea intitulată "Bazele sociale ale gândirii și acțiunii" (1986), Bandura a încercat să clarifice aspecte ale capacităților umane aflate în relație cu dezvoltarea personalității. Cele mai recente lucrări ale sale se centrează asupra motivației umane și a implicațiilor autoeficacității (competenței personale) asupra sentimentului de confort fizic și psihic (well-being).

Walter Mischel (1930 -)

S-a născut la Viena, dar familia sa a emigrat în Statele Unite în anul 1939. A lucrat inițial ca asistent social cu delincvenții juvenili, experiență care prezintă un interes particular din cel puțin două motive: în primul rând, această activitate este relaționată cu preocupările de durată ale lui Mischel privind mecanismele psihologice care susțin amânarea gratificării și autocontrolul și, în al doilea rând, pentru că există o asemănare cu activitatea lui Bandura, prin aceea că ambii au lucrat la începuturile activității lor clinice cu adolescenți agresivi. Pe parcursul studiilor postuniversitare la Ohio State University, a fost

influențat de George Kelly și Julian Rotter, mai ales de contribuțiile lor în ceea ce privește accentul pe individ ca actor și constructor al realității sociale, aflat în interacțiune permanentă cu vicisitudinile mediului și încercând să confere vieții coerență în ciuda tuturor inconsistențelor.

6.3. CONCEPȚIA ASUPRA PERSOANEI

Atât Bandura cât și Mischel au recunoscut relația reciprocă și repetitivă dintre concepția asupra persoanei, programul de cercetare și teoria asupra personalității.

Teoria social-cognitivă curentă pune accent pe o concepție conform căreia persoana este activă și își utilizează procesele cognitive pentru a-și reprezenta evenimente, pentru a anticipa viitorul, pentru a alege între mai multe alternative de acțiune și pentru a comunica cu alții. Sunt respinse concepții alternative asupra persoanei, care consideră individul ca fiind o victimă pasivă a impulsurilor inconștiente și a trecutului sau un respondent pasiv la evenimentele mediului. Teoriile personalității care accentuează importanța factorilor interni până la excluderea rolului mediului sunt respinse de asemenea datorită faptului că ele trec cu vederea responsivitatea individuală la diferitele situații. În același timp sunt excluse teoriile care accentuează rolul factorilor externi până la excluderea factorilor interni, datorită neputinței lor de a lua în considerare rolul funcționării cognitive în comportament.

Respingând atât concepția că indivizii sunt exclusiv conduși de forțe interne, cât și cea conform căreia ei sunt antrenați întrutotul de stimulii din mediu, teoria social-cognitivă sugerează că un comportament poate fi explicat în termenii unei interacțiuni între persoană și mediu, un proces pe care Bandura l-a denumit determinism reciproc. Indivizii sunt influențați de forțele din mediu, dar în același timp ei au libertatea de a alege cum să se comporte. Astfel, persoana nu doar răspunde la diferite situații din mediu, dar și construiește activ și influențează situații. Indivizii selectează situații și sunt totodată modelați de ele; ei pot influența comportamentul altora, dar sunt în același timp supuși modelării de către aceștia.

Iată cum descrie Mischel individul uman: "o ființă activă, conștientă de problemele cu care se confruntă și de modalitățile de

soluționare a lor, capabil să profite dintr-un evantai enorm de experiențe și capacități cognitive, posedând un mare potențial pentru bine sau rău, construindu-și activ propria lume psihică, în măsură să-și influențeze mediul, dar în același timp supus influențelor acestuia" (Mischel, 1976).

6.4. CONCEPȚIA ASUPRA ȘTIINȚEI, TEORIEI ȘI CERCETĂRII

Atât Bandura cât și Mischel sunt adepții utilizării teoriei și cercetării empirice, ai conceptelor clar definite și bazate pe observații sistematice. Teoriile care pun accent pe forțele motivaționale în termeni de nevoi, trebuințe și impulsuri ca unici determinanți ai personalității sunt sever criticate pentru caracterul vag și inutilitatea lor în predicția ori modificările comportamentale. Pe de altă parte, în vreme ce behaviorismul extrem respinge, din cauza neîncrederii în datele oferite de introspecție, studiul proceselor cognitive, Bandura și Mischel consideră că asemenea procese interne trebuie cu necesitate studiate. Ei sugerează faptul că rapoartele introspective obținute în condiții ce nu favorizează prezentări evaluative pot fi de un real ajutor în înțelegerea proceselor cognitive. În ansamblu, teoria social-cognitivă este preocupată atât de a surprinde cât mai complet variatele aspecte ale comportamentului uman, cât și de rigoarea științifică.

6.5. TEORIA SOCIAL COGNITIVĂ A PERSONALITĂȚII

6.5.1. Structura personalității

Structurile personalității reliefate de teoria social-cognitivă se referă în principal la procese cognitive. Cele mai importante concepte structurale sunt: competențele – deprinderile, scopurile și sinele.

Competențele – deprinderile

Teoria social-cognitivă pune accent pe competențele sau deprinderile pe care le posedă individul. De un real interes se bucură îndeosebi competențele și deprinderile cognitive, adică abilitatea persoanei de a rezolva probleme și de a face față problemelor de viață

cu care se confruntă. Mai degrabă decât să justifice comportamentul prin trăsături de personalitate, teoria se centrează asupra competențelor exprimate de individ prin tot ceea ce face. Aceste competențe se referă atât la modalități de a judeca problemele de viață, cât și la deprinderi comportamentale de a soluționa efectiv aceste probleme. Foarte importantă este precizarea că indivizii posedă deseori doar competențe contextual - specifice; aceasta înseamnă că o persoană competentă într-un context poate să fie sau poate să nu fie competentă într-altul.

Scopurile

Conceptul de scop se referă la capacitatea indivizilor de a anticipa viitorul și de a fi automotivați. Scopurile sunt cele care ne ghidează în stabilirea priorităților și în selectarea situațiilor și tot scopurile ne permit să trecem dincolo de influențele de moment și să ne organizăm comportamentul pe perioade mai lungi de timp. Scopurile sunt organizate într-un sistem care face ca unele să fie mai importante sau mai centrale decât altele. Acest sistem nu este unul rigid, ci el permite persoanei să selecteze anumite scopuri, în funcție de ceea ce i se pare important la un moment dat, de posibilitățile pe care le are și de expectanțele privind autoeficacitatea cu privire la cerințele mediului.

Sinele și sentimentul de autoeficacitate

Conceptul social-cognitiv al sinelui se referă la procesele care țin de funcționarea psihologică a individului. Ca atare individul nu deține o structură numită "sine", ci mai degrabă procese specifice ale sinelui care sunt parte integrantă a persoanei. Deci o persoană are concepții despre sine și procese de autocontrol care pot să se modifice de la o perioadă de timp la alta și de la o situație la alta.

Există un aspect particular al percepției sinelui care a devenit central în teoria lui Bandura: este vorba despre autoeficacitate, adică capacitatea autopercepută de a face față unor situații specifice. Acest concept al autoeficacității este relaționat cu judecățile indivizilor privind capacitatea lor de a acționa într-o sarcină sau situație specifică. În opinia lui Bandura, judecățile privind autoeficacitatea influențează alegerea

situațiilor în care ne implicăm, cantitatea de efort depusă într-o anumită situație, timpul cât persistăm într-o sarcină, depășirea obstacolelor și rezistența la greutăți, reacțiile emoționale din timpul anticipării situației sau al implicării în acea situație (de ex., nivelul de stres sau anxietate). Este evident faptul că gândim, simțim și ne comportăm diferit în situații în care suntem siguri de capacitățile noastre, comparativ cu situațiile în care ne percepem a fi nesiguri sau incompetenți. În esență, autopercepțiile privind eficacitatea ne influențează gândirea, motivația, performanța și activarea emoțională.

Strategiile de cercetare microanalitică se referă la modalitățile de evaluare a autoeficacității percepute. Conform acestei strategii, se efectuează măsurători detaliate ale autoeficacității percepute înainte de angajarea efectivă într-un comportament specific. Astfel, subiecților li se solicită să desemneze într-o situație specifică acele sarcini pe care le pot realiza și să evalueze adițional gradul de certitudine cu privire la probabilitatea îndeplinirii cu succes a acestora. Această strategie reflectă concepția conform căreia judecățile referitoare la autoeficacitate sunt situațional-specifice și nu reprezintă dispoziții globale care să poată fi măsurate de chestionarele de personalitate. Prin urmare, teza unui sine global este respinsă deoarece este inconsistentă cu complexitatea percepțiilor de autoeficacitate, care sunt sensibil diferite în funcție de activitățile în care este antrenat individul, de gradul lor de complexitate, precum și de circumstanțele situaționale.

6.5.2. Procesele personalității

Teoria social-cognitivă se diferențiază de alte teorii ale personalității prin aceea că pune accent pe două procese distincte: învățarea observațională și autoreglarea. Învățarea observațională se referă la capacitatea de a învăța comportamente complexe prin observarea altora. Autoreglarea se referă la capacitatea individului de a-și influența propriul comportament, mai mult decât de a reacționa mecanic la influențele externe. Atât învățarea observațională cât și autoreglarea presupun antrenarea proceselor cognitive și ambele sunt

influențate de recompense și pedepse, fără a fi însă determinate de ele.

Învățarea observațională

Teoria învățării observaționale sugerează că oamenii pot învăța prin simpla observare a comportamentului altora. Persoana al cărei comportament este observat se numește model. Există date care sugerează că o persoană poate învăța un comportament doar observând modelul care realizează acel comportament. De exemplu, un copil învață să vorbească observându-și părinții sau alte persoane vorbind, un proces numit modelare. Tipurile de învățare considerate mai sus sunt uneori menționate apelând la termeni precum imitare sau identificare. Există însă evidente diferențe semantice între cei trei termeni: imitația are o conotație restrânsă, ea referindu-se mai degrabă la simple răspunsuri mimetice, pe când la cealaltă extremă, identificarea implică încorporarea completă a seturilor comportamentale aparținând unei alte persoane. Prin urmare, modelarea implică ceva mai mult decât simpla imitare, dar mai puțin difuz decât identificarea.

Achiziție versus execuție. O parte importantă a teoriei modelării se referă la distincția dintre achiziția și execuția unui comportament. Un comportament nou și complex poate fi învățat sau achiziționat independent de întăriri, dar execuția efectivă a acelui comportament depinde de recompense și pedepse (de consecințele acelui comportament asupra modelului). Această distincție între achiziție și execuție este de fapt similară cu distincția dintre un comportament potențial și unul manifest.

Să luăm spre exemplu în discuție experimentul clasic realizat de Bandura și colegii săi și care, prin rezultatele sale, ilustrează tocmai această distincție (Bandura & al, 1963). În studiul invocat au fost implicate trei grupuri de copii care în prima fază a experimentului au observat un model (o persoană) etalând un comportament agresiv asupra unei păpuși de plastic. Pentru primul grup, comportamentul agresiv al modelului nu a fost urmat de nici o consecință (consecințe absente). Pentru cel de-al doilea grup, acest comportament a fost urmat

de recompensarea modelului (recompensă), iar în cazul celui de-al treilea grup, modelul a fost pedepsit ca urmare a conduitei sale agresive (pedeapsă). În etapa a doua a experimentului, copiii aparținând celor trei grupuri au fost trecuți pe rând prin alte două condiții experimentale. În prima condiție copiii au fost lăsați singuri într-o cameră cu multe jucării, incluzând și acea păpușă anterior "maltratată" de către model. Dintr-o cameră alăturată, copiii erau observați printr-o fereastră cu vedere unidirecțională pentru a verifica dacă aceștia vor exprima comportamentul agresiv al modelului (condiție nestimulativă). În cea de a doua condiție, copiii au fost încurajați (oferindu-li-se stimulente verbale sau mici recompense) pentru a reproduce comportamentul modelului (condiție stimulativă). Comparându-se ulterior rezultatele, s-a constatat, fără surprindere, că mult mai multe comportamente agresive au fost semnalate în condiția stimulativă decât în cea nestimulativă. Cu alte cuvinte, toți copiii au învățat (achiziționat) comportamentul agresiv, dar acesta a fost mai degrabă executat în condiții de stimulare decât în absența acestora. Aceste rezultate demonstrează cu claritate importanța distincției între achiziție și execuție. Un alt rezultat important al acestui experiment îl reprezintă diferențele comportamentale relativ la consecințe. Grupul de copii pentru care comportamentul agresiv al modelului era urmat de pedeapsă a recurs într-o mult mai mică măsură la imitarea modelului decât a făcut-o grupul "recompensă", respectiv grupul "consecințe absente". În concluzie, consecințele comportamentului asupra modelului pot afecta doar execuția comportamentului de către copii, nu și achiziția lui care se produce prin simpla observare.

Condiționarea vicariantă

O serie de experimente similare au confirmat concluzia de mai sus. Prin urmare, diferența dintre achiziția și execuția unui comportament sugerează faptul că învățarea observațională la copii este influențată, prin mecanisme cognitive sau emoționale, ori chiar prin ambele, iar punerea în practică a celor învățate depinde de consecințele acelui comportament asupra modelului. Copiii pot învăța și anumite

răspunsuri emoționale prin simpla empatizare cu modelul. Așa cum sublinia Bandura, "se întâmplă destul de frecvent ca indivizii să dezvolte reacții emoționale intense față de locuri, persoane sau obiecte, fără să fi avut vreun contact personal cu ele". Acest proces de învățare a reacțiilor emoționale prin observarea altora, numit condiționare vicariantă, a putut fi demonstrat atât la oameni cât și la animale. Astfel, de exemplu, subiecți umani care au observat un model (o persoană apropiată) exprimând o reacție condiționată de teamă au dezvoltat ulterior un răspuns emoțional condiționat la un stimul inițial neutru. Similar, într-un experiment cu animale, s-a putut observa dezvoltarea unei frici intense și persistente de șerpi la puii de maimuță care își observaseră părinții manifestând teamă în prezența unor șerpi reali sau de jucărie. Ceea ce este important de subliniat aici este faptul că perioada de observare a comportamentului părinților (perioada de învățare) a fost uneori foarte scurtă. În plus se constată și faptul că, odată dezvoltată, condiționarea vicariantă se dovedește a fi intensă și de lungă durată, ea fiind relevată chiar și în situații diferite de cea în care s-a manifestat prima dată.

Cu toate că învățarea observațională este un proces cu impact puternic asupra achizițiilor comportamentale, nu trebuie să cădem în extreme și să credem că este un proces automat și că noi suntem oarecum „obligați" să îi copiem pe ceilalți. Copiii, de exemplu, au modele multiple și pot învăța de la părinți, frați, prieteni, educatori, TV etc.; în plus, ei pot învăța și din propria lor experiență. Mai mult, pe măsură ce cresc, copiii vor putea să își selecteze activ modelele pe care să le observe și de la care să învețe.

Obiective, standarde și autoreglare

Prin procesul învățării observaționale pot fi achiziționate răspunsuri comportamentale și reacții emoționale, dar pot fi la fel de bine învățate și reguli generale. De exemplu, prin observarea modelelor, oamenii pot să-și însușească standarde interne pentru evaluarea propriului comportament și a comportamentului altora. Aceste standarde reprezintă obiective pe care tindem să le atingem și, totodată,

fundamente pentru întăririle aşteptate de la alţii sau de la noi înşine. Procesul de autoîntărire este deosebit de important în menţinerea unui comportament pentru perioade mari de timp, în absenţa unor întăriri exterioare. Astfel, prin reacţii autoevaluative, cum sunt lauda şi vinovăţia, suntem capabili să ne recompensăm pentru atingerea standardelor şi să ne pedepsim pentru încălcarea lor.

Conform teoriei social-cognitive, comportamentul este menţinut prin expectanţe sau consecinţe anticipate, mai mult decât prin consecinţele imediate. Comportamentul îndreptat către un anumit scop poate fi explicat astfel prin standardele de performanţă impuse şi prin consecinţele anticipate. În termenii acestei analize, se impun două menţiuni. În primul rând, indivizii sunt percepuţi ca fiind proactivi, nu doar reactivi, deci sunt capabili să îşi stabilească propriile standarde şi obiective, şi nu doar să răspundă la cerinţele mediului. În al doilea rând, prin capacitatea de a-şi stabili propriile obiective şi prin potenţialul de autoîntărire, este posibil un grad considerabil de autoreglare a funcţionării umane.

Autoeficacitate şi performanţă

Aşa cum s-a mai arătat, Bandura a accentuat importanţa autopercepţiilor asupra eficacităţii ca mediatori cognitivi ai acţiunii. În timpul analizei unei acţiuni şi al implicării în ea, indivizii fac aprecieri cu rivire la capacitatea de a face faţă diferitelor cerinţe ale sarcinii. Aceste aprecieri asupra autoeficacităţii influenţează gândirea ("aceasta este ceea ce trebuie să fac şi pot să o fac" sau "nu voi reuşi niciodată; ce o să creadă ceilalţi despre mine?"), emoţia (stimulare, interes, bucurie sau anxietate şi depresie) şi acţiunea (angajare şi implicare crescută sau inhibiţie şi demobilizare). Aşadar o persoană îşi stabileşte mai întâi standarde şi obiective, iar apoi recurge la judecăţi evaluative relativ la abilităţile sale de a presta acele comportamente necesare atingerii obiectivelor.

Rezumând, un individ îşi stabileşte obiective sau standarde care stau la baza acţiunii (comportamentului) sale. Acea persoană va lua în considerare mai multe alternative posibile de acţiune şi va lua o decizie pe baza rezultatelor (consecinţelor) anticipate (externe şi interne) şi a autoeficacităţii percepute pentru realizarea acelor comportamente. O

dată ce acţiunea a fost iniţiată şi executată, rezultatul ei va fi evaluat în termenii recompenselor externe primite de la alţii şi ai autoevaluărilor interne. Un succes poate conduce la un sentiment crescut de autoeficacitate, şi implicit la o relaxare în eforturile viitoare sau la stabilirea unor standarde mai ridicate pentru sarcinile următoare. În schimb, un insucces sau un eşec poate duce la renunţare sau la persistenţa în efort, în funcţie de importanţa acelui rezultat pentru persoana în cauză şi de sentimentul de autoeficacitate în legătură cu încercările viitoare.

6.5.3. Dezvoltarea personalităţii

Teoria social-cognitivă pune accent pe dezvoltarea competenţelor cognitive, expectanţelor, obiectivelor, standardelor, sentimentului de autoeficacitate şi a funcţiilor autoreglatorii prin învăţare observaţională şi experienţă directă. În ceea ce priveşte dezvoltarea abilităţilor şi a competenţelor, Bandura subliniază în special dezvoltarea autoeficacităţii. Autoeficacitatea poate avea multiple surse: realizări prezente, experienţe vicariante, persuasiune verbală. Experienţele personale care conduc la atingerea unor obiective specifice sunt importante atât din punct de vedere general, cât şi din punct de vedere specific în ceea ce priveşte dezvoltarea interesului intrinsec. Această teorie poate fi ilustrată luând în considerare două domenii: agresivitatea şi amânarea recompensei.

Dezvoltarea comportamentului agresiv

În analiza dezvoltării comportamentului agresiv, teoria social-cognitivă încearcă să explice cum iau naştere paternurile de comportament agresiv, ce anume determină oamenii să se comporte agresiv şi ce factori susţin asemenea acţiuni odată ce ele au fost iniţiate.

În general, agresivitatea este învăţată prin observarea unor modele agresive şi prin experienţa directă. Stilul comportamental agresiv este învăţat prin observarea modelelor familiale (violenţa familială naşte stiluri violente de conduită), prin observarea comportamentului prietenilor (cea mai înaltă incidenţă a agresivităţii o

întâlnim în acele comunități în care modelele agresive abundă) și prin observarea unor modele oferite de mass-media, în special de televiziune (atât copiii cât și adulții au astăzi oportunități nelimitate de a învăța toată gama conduitelor agresive oferite ieftin de televiziune în căldura confortului de acasă).

În termeni de activare a agresivității, teoria social-cognitivă subliniază că un comportament agresiv poate fi provocat de stimuli dureroși, de expectanțele ca un astfel de comportament să fie recompensat sau de ambele. Când o persoană este confruntată cu un stimul dureros sau aversiv, ea poate sau nu să reacționeze într-o manieră agresivă. Răspunsul ei depinde de interpretarea pe care o dă cauzelor stimulului și de expectanțele pe care le are în legătură cu consecințele unui comportament agresiv. Acest punct de vedere este diferit de cel bazat pe teoria instinctelor, în care accentul este pus pe dezvoltarea automată a unei energii agresive, ca și de cel al altor teorii ale învățării, în care reacția agresivă este văzută ca un răspuns la frustrare. Conform teoriei social-cognitive, frustrarea poate sau nu să ducă la agresivitate, iar agresivitatea poate să apară și în absența frustrării. Astfel, faptul că frustrarea duce sau nu la agresivitatea depinde de modul în care individul își interpretează activarea neuropsihică (arousalul), de modalitățile alternative de răspuns disponibile și de expectanțele privind consecințele acestor răspunsuri în situații particulare.

Comportamentul agresiv este susținut sau stopat în funcție de consecințele sale. Ca și în cazul altor comportamente, și comportamentul agresiv este reglat de consecințele sale, care își pot avea originea în trei surse: consecințe externe directe, experiențierea vicariantă a consecințelor la alții și consecințele autoproduse. Primele două sunt consecințe sociale, cea de-a treia este o consecință personală. Comportamentul agresiv poate fi stopat prin amenințarea unor pedepse externe sau prin expectanțele unei autopenitențe, procese numite controlul prin teamă și respectiv, sentimentul de vinovăție. Vinovăția implică învățarea unor standarde etice și morale de comportament.

Deprinderile de amânare a recompensei

Capacitatea de a amâna recompensa (gratificarea) implică dezvoltarea unor competențe cognitive și comportamentale. Comportamentele relevante sunt achiziționate prin observarea lor la alții și prin experiență directă. Capacitatea de a amâna o recompensă este determinată de consecințele expectate, care la rândul lor sunt influențate de experiențe personale anterioare, de observarea consecințelor la modele (părinți, educatori, prieteni) și de reacțiile personale.

Mischel a studiat în amănunt mecanismele cognitive pe care le utilizează copiii pentru a amâna o recompensă și pentru a rezista tentațiilor care o preced. Pe lângă dezvoltarea unor reguli interioare ("nu trebuie să faci asta"), copiii își dezvoltă adevărate strategii pentru a fi capabili să reziste tentațiilor. O astfel de strategie este distragerea atenției de la obiectul tentant. O alta este concentrarea pe calitățile mai abstracte ale obiectului dorit, și nu pe cele concrete: de exemplu, se concentrează pe imaginea unui aliment și nu pe gustul lui. Astfel, "ceea ce este în capul unui copil – și nu ceea ce este fizic în fața lor – afectează într-un mod crucial capacitatea lor de a amâna conștient o recompensă imediată cu scopul de a atinge un obiectiv dorit dar amânat" (Mischel, 1990).

Este important să subliniem faptul că teoria social-cognitivă diferă de alte teorii care prevăd stadii fixe de dezvoltare și tipuri de personalitate. În viziunea lui Bandura și Mischel, persoanele își dezvoltă deprinderi și competențe în domenii particulare. În loc să își dezvolte conștiințe sau ego-uri sănătoase, ei își dezvoltă competențe și linii motivaționale de acțiune care sunt specifice pentru contexte specifice. Un astfel de punct de vedere subliniază capacitatea persoanei de a face distincții între situații și de a-și regla comportamentul într-un mod flexibil, în funcție de obiectivele personale și de cerințele impuse de situație.

Achiziție - mecanism de dobândire a conduitelor.

Auto-eficacitate - măsura în care un individ crede că poate face față unei situații date.

Auto-întărire - stabilirea anumitor standarde de comportament pentru sine și prețuirea sau criticarea personală în funcție de acestea.

Autonomie - exprimă un grad de libertate și capacitate de deliberare neinfluențabilă și facilă ca trăsătură psihică a conștiinței de sine și a personalității.

Autoreglare - orice reglare a unui sistem fără intervenția unui reglator extern.

Determinism - concepție conform căreia toate fenomenele sunt determinate de cauze și au o serie de condiționări implicate în interrelațiile și evoluția lumii, vieții și societății.

Învățare - dobândirea capacității de a realiza noi comportamente, dar nu neapărat și executarea lor.

Învățare observațională - un sinonim pentru *învățare socială.*

Învățare socială - învățarea prin observarea comportamentului altor persoane și a consecințelor pe care comportamentul le are pentru persoanele respective. De asemenea denumit și învățare prin observație și modelare.

Modelare - (1) un sinonim pentru învățarea socială.

Performanță - lanț de reacții pe care îl putem recunoaște în diferite momente la același individ și la diferiți indivizi. Trăsătura constituie deci o clasă de echivalență.

Sine - în structura sau topica aparatului psihic, grup de impulsii care tind în esență să se descarce, conform principiului plăcere-neplăcere și fără a se ajusta la realitate.

Tipuri – se desemnează sub această denumire un ansamblu de caractere. Tipurile astfel definite constituie limite de variație dirijată pornind de la tipuri intermediare.

Capitolul 7

PSIHOBIOLOGIA PERSONALITĂȚII

Cu o îndelungată tradiție în psihologie regăsim distincția între două domenii principale ale personalității: temperamentul și caracterul. Conform opiniilor primilor psihologi, temperamentul se referă la predispozițiile noastre emoționale congenitale, pe când caracterul corespunde la ceea ce oamenii fac din ei înșiși în mod intenționat. Pentru a realiza o cercetare psihobiologică reală, este util să operaționalizăm această distincție în termeni ai diferențelor individuale reflectate în procesele neuroadaptative. În acord cu această distincție temperamentul poate fi definit prin reacțiile asociative automate induse de acei stimuli emoționali care determină obiceiuri și dispoziții afective, pe când caracterul se referă la conceptele conștiinței de sine care nu influențează intențiile și atitudinile voluntare (Cloninger et al., 1993). Cercetătorii din domeniul psihologiei de regulă au definit temperamentul prin intermediul acelor componente ale personalității care: pot fi moștenite, sunt stabile evolutiv, fundamentate emoțional sau autonome de influențele socio-culturale. Din fericire, aceste patru definiții alternative sunt convergente; studii recente arată că toate dimensiunile temperamentului, definite ca diferențe individuale relativ la paternurile deprinderilor fundamentate emoțional sunt de obicei moștenite, sunt stabile de-a lungul ontogenezei și constante structural în diferite grupuri culturale sau etnice. Aproximativ 50% din variațiile de temperament dintre indivizi sunt moștenite și stabile de la copilărie până la maturitate(Cloninger, 1994b).

În contrast, caracterul are o pondere ereditară redusă, dar este mai sensibil influențat de modelele socio-culturale. Caracterul se maturizează gradual de la copilărie până la vârste înaintate, iar încadrarea temporală și rata de tranziție dintre nivelele de maturitate sunt funcții non-lineare ale configurațiilor temperamentale preexistente și ale educației socio-culturale (Peterson & Seligman, 2004).

Problematica personalității este extrem de complexă. Nu poate exista o abordare singulară, de tipul unei explicații reducționiste, care să acopere întregul concept. Tocmai de aceea, fenomenele psihologice au fost întotdeauna abordate din mai multe perspective, ca de exemplu, perspectiva comportamentală, perspectiva cognitivă, perspectiva biologică și perspectiva interacționistă. Fiecare dintre aceste abordări ale individualității oferă o explicație oarecum diferită a motivului pentru care indivizii se poartă într-un anumit fel și, astfel, fiecare abordare aduce o contribuție pentru o concepție integrativă asupra persoanei în ansamblu. Aceste abordări multiple ale fenomenelor individualității și personalității au avantajele ei. Există și un proverb: "Lasă 1000 de flori să înflorească, pentru că ele vor aduce întotdeauna ceva bun și util până la urmă."

O problemă majoră, încă actuală, din domeniu, este dezbaterea gene versus mediu. Suntem ființe biologice sau sociale? Sau și una, și alta? Această dezbatere este o consecință a unei discuții mult mai vechi, foarte controversate, cunoscută ca "dezbaterea natural-educat". Această discuție se focalizează asupra importanței relative a factorilor biologici și sociali în dezvoltarea diferențelor individuale. Mult timp, explicațiile biologice și psihologice păreau să fie reciproc exclusive și, întotdeauna, o abordare părea să o anuleze pe cealaltă (Lensvelt-Mulders, 2000). Noi vom încerca aici o abordare psihobiologică a personalității.

De secole, oamenii s-au străduit să înțeleagă relația dintre corp și minte, dintre constituție și personalitate. Medicii greci din secolul al V-lea d.Hr. propuneau baze biochimice (umori) pentru personalitățile normale și tulburările de personalitate. În prima parte a secolului XX, perspectiva psihodinamică a emers din studiile lui Freud și ale discipolilor săi. Freud, neurolog și "biolog al minții" (Sulloway, 1979), și-a considerat teoriile psihologice ca o strategie expeditivă în așteptarea dezvoltării neuroștiințelor mature (Freud, 1920/1955, apud Zuckerman, 1995). În a doua jumătate a secolului, descoperirea unor medicamente eficiente pentru tratarea tulburărilor de anxietate, dispoziționale și ale schizofreniei au condus la o nouă știință: psihofarmacologia. Cercetări asupra bazelor neurochimice ale funcțiilor creierului și apoi delimitarea căilor neurochimice mediate de neurotransmițători specifici ne-au lărgit înțelegerea chimiei

funcțiilor cerebrale și a relațiilor lor cu emoția, cogniția și comportamentul. Ultimul deceniu al secolului trecut a fost numit "Deceniul Creierului". O dată cu aceste perspective, putem căpăta noi explicații despre relația dintre funcționarea creierului și personalitate. Date fiind progresele din neuroștiințele ultimului sfert de secol, Freud ar fi fost, probabil, de acord că este timpul să ne uităm din nou la psihobiologia personalității (Zuckerman, 1991; 2005).

7.1. MODELELE TRĂSĂTURILOR

În mod tradițional, esența abordării trăsăturilor a constat în presupunerea că un comportament este determinat, în primul rând, de trăsături generalizate stabile – predispoziții largi pentru un anumit comportament. Ghidați de această asumpție, mulți cercetători au căutat cu încredere aceste trăsături. Probabil că scopul cardinal al psihologiei trăsăturilor a fost să identifice poziția persoanei pe una sau mai multe dimensiuni (de exemplu, inteligență, introversiune, anxietate etc.), prin compararea individului cu alții în condiții uniforme similare. Cei mai mulți psihologi consideră că aceste dimensiuni au tendința de a fi stabile în situații diferite și, în timp, focarul lor în studiul individualității devenind o căutare pentru identificarea trăsăturilor de bază ale persoanei. Ultimele decenii ne-au făcut martorii unei restrângeri a registrului a ceea ce sunt considerate dimensiuni de bază ale personalității de la aproximativ 16 la 5 sau 3. De fapt, numărul de factori nu este așa de important, pentru că factorii generali încorporează factori mai restrânși, într-o ordine ierarhică (Eysenck, 1967; Costa & McCrae, 1985; Zuckerman et al., 1988; Zhao & Seibert,2006), și procesul de corelare a factorilor mai restrânși reconstituie, de obicei, factorii mai generali. Deci, numărul factorilor pe care-i avem depinde de nivelul de analiză. Dezacorduri asupra a ceea ce este un factor de bază provin, de multe ori, din diferențe în selectarea inițială a variabilelor. Importanța unui factor din analiză depinde de câți markeri au fost aleși pentru a reprezenta un factor. Dacă este un singur marker pentru un factor, este puțin probabil ca acesta să rezulte ca factor important în analiză.

Preocupați de identificarea unui suport biologic pentru trăsăturile de personalitate numeroși psihologi, cercetători și

clinicieni, au elaborat modele psihobiologice ale personalității. Cele mai cunoscute și deopotrivă susținute experimental sunt modelele propuse de Eysenck (1965, 1991), Tellegen (1985), Costa & McCrae (1992), Zuckerman (1991, 1994, 2005) și respectiv Cloninger (1987, 1994). Cloninger (1987) a dezvoltat un sistem trifactorial al personalității, fundamentat biologic și incluzând trăsături ca, de exemplu, căutarea de senzații, evitarea suferinței și dependența de recompensă. El și-a dezvoltat mai târziu sistemul la șapte factori, adăugând primelor trei încă patru trăsături: cooperare, persistență, autodeterminare și spiritualitate. Zuckerman și Cloninger au examinat în colaborare relațiile dintre modelele cu trei factori al lui Eysenck, *Cinci Alternative* (*Alternative Five*) și modelul cu șapte factori.

Așa cum am văzut, au fost făcute eforturi enorme de către psihologii personalității de a stabili modele ale trăsăturilor și de a le lega de procese biologice specifice (Cloninger, Svrakic & Przybeck, 1993; Zuckerman, 1991, 1996; Depue, 1996; Depue & Colins, 1999; Eysenck, 1990; Gray, 1987; Pickering & Gray, 1999; Tellegen, 1985; Zhao & Seibert,2006). Deși apar multe similarități între aproape toate aceste modele și sunt evidențiate relații clare dintre dimensiunile de bază ale acestora, acestea nu se suprapun întotdeauna în mod clar unul celuilalt. Prin urmare, decât să explorăm o parte din aceste modele, vom prezenta aici numai "Modelul celor Șapte Factori" al temperamentului și caracterului (Cloninger, 1994). În acest capitol vom include, în plus, date empirice care au fost obținute de cercetători independenți când aceștia au testat predicțiile teoretice pe care le-a făcut Cloninger despre psihobiologia fiecăreia dintre cele șapte dimensiuni ale personalității.

Modelul celor "Șapte țestoase" (Zuckerman, 1991, 1994, 2005) s-a bucurat de o deosebită popularitate în ultimii zece ani. Am omis totuși prezentarea lui aici deoarece am considerat mult mai nimerit ca această sarcină să revină însuși autorului său Marvin Zuckerman care a răspuns afirmativ invitației noastre prin materialul ce acoperă spațiul unui capitol din volumul „Noi tendinte in psihologie personalitatii" (Opre, A, - editor – 2002).

Înainte de a începe prezentarea modelului lui Cloninger este necesar să menționăm că mulți cercetători independenți, inclusiv Cloninger, au evaluat proprietățile psihometrice ale testelor cantitative de măsurare a personalității și tulburărilor acesteia, atât la populația generală, cât și pe eșantioane clinice. Această evaluare a asigurat dovezi pentru validitatea celor două teste numite "Chestionarul Tridimensional de Personalitate" (TPQ, *Tridimensional Personality Questionnaire*) și "Inventarul de Temperament și Caracter", mai comprehensiv (TCI, *Temperament and Character Inventory*) (Cloninger et al., 1993), care a fost dezvoltat după studiile inițiale asupra TPQ. Mai recent, numeroși cercetători au efectuat, folosind TPQ și TCI, studii internaționale extensive, pentru a caracteriza neuroanatomia, neuropsihologia, neurochimia și neurogenetica personalității umane.

7.2. MODELUL CU ȘAPTE FACTORI AL PERSONALITĂȚII

Personalitatea poate fi definită ca organizarea dinamică a sistemelor psihobiologice care modulează adaptarea la experiență (Cloninger, 1987). O lungă tradiție din psihologie distinge două dimensiuni majore ale personalității – temperamentul și caracterul. Potrivit primilor psihologi, temperamentul se referea la predispoziția noastră emoțională congenitală, în timp ce caracterul era ceea ce oamenii deveneau intenționat (Kant, 1798/1974). Pentru a face cercetare psihobiologică, este util să operaționalizăm această distincție prin diferențele individuale ale proceselor neuroadaptative. Astfel, temperamentul poate fi definit prin răspunsurile automatice asociative la stimuli emoționali de bază, care determină obiceiurile și deprinderile, în timp ce caracterul se referă la conceptele conștiente care influențează intențiile și atitudinile noastre voluntare (Cloninger et al., 1993).

Cercetătorii psihosocialului au definit, de obicei, temperamentul ca fiind acele componente ale personalității care sunt heritabile, stabile în dezvoltare, fundamentate emoțional și neinfluențate de învățarea socio-culturală (Goldsmith et al., 1987). Din fericire, aceste patru definiții alternative sunt foarte convergente;

studii recente arată că toate dimensiunile temperamentului, definit prin diferențe individuale în pattern-urile de obiceiuri fundamentate emoțional, sunt mediu eritabile, stabile din copilărie până în perioada adultă și consistente structural în diferite culturi și grupuri etnice (Cloninger, 1995). Cam 50% din varianța interindividuală a temperamentului este ereditară și stabilă din copilărie până în perioada adultă (Tabelul 7.1).

În contrast, caracterul este slab eritabil, dar influențat moderat de învățarea socio-culturală. Acesta se maturează într-o manieră secvențială din copilăria mică până târziu în perioada adultă, iar sincronizarea și rata tranziției între niveluri de maturitate sunt funcții nelineare ale configurațiilor temperamentale antecedente și educației socio-culturale (Svrakic et al., 1996).

Tabelul 7.1. Diferențe în învățare, sisteme cerebrale și etiologie, între temperament și caracter. *Sursa:* Cloninger, 1998.

Variabile ale învățării	Temperament	Caracter
Forme de învățare		
Nivelul de conștientă	Automatic	Intențional
Tipul activității	Obiceiuri, deprinderi	Scopuri, valori
Principiile învățării	Condiționare asociativă	Înțelegere conceptuală
Sisteme cerebrale	Sistem limbic	Neocortex
	Striatum	Hipocamp
Componente etiologice		
Heritabilitate genetică	40% - 60%	10% -15%
Mediul comun la gemeni	0	30% - 35%
Mediul conjunctural	40% - 60%	40% - 60%

Distincția dintre temperament și caracter pare să corespundă disocierii dintre sistemele cerebrale majore pentru memoria și învățarea procedurală versus propozițională, așa cum este descris în Figura 7.1, și documentat în studii sumarizate în tabele subsecvente ca și în continuare, în text. Cu alte cuvinte, temperamentul implică diferențe individuale în învățarea obiceiurilor (adică învățarea procedu-rală), în timp ce caracterul implică diferențe în procesarea

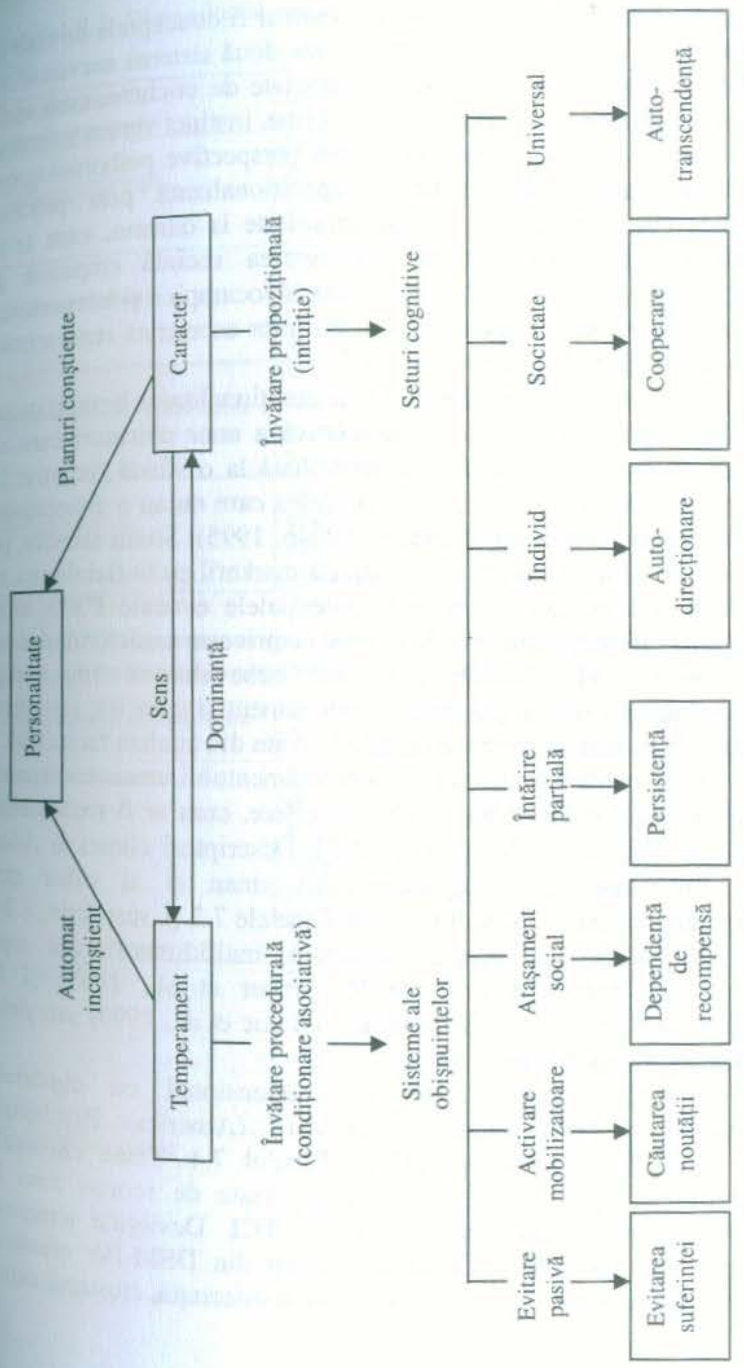


Figura 7.1. *Prezentare schematică a modelului celor șapte factori al temperamentului și caracterului. Sursa: Cloninger et al., 1994*

cognitivă de la un nivel mai înalt, așa cum ar fi conceptele de sine și relaționare cu alții. Distincția dintre aceste două sisteme nervoase de adaptare la experiență a cunoscut o varietate de etichete, cum ar fi percept versus concept, emoție versus voliție, instinct versus voință și obicei versus cogniție. Conform acestei perspective psihobiologice, dezvoltarea caracterului poate fi operaționalizată prin procese simbolice abstracte, care sunt mai dezvoltate la oameni, cum ar fi comportamentul autodirecționat, cooperarea socială empatică și invenția simbolică creativă. Formațiunea hipocampică și neocortexul cerebral sunt esențiale pentru encodarea unor asemenea reprezentări conceptuale, simbolice ale experienței.

În contrast, temperamentul (sau emoționalitatea bazală) poate fi operaționalizat prin învățarea asociativă a unor obiceiuri care se bazează pe percepție și este bine dezvoltată la o vârstă timpurie la aproape toate vertebratele, chiar și la acelea care nu au o diferențiere a neocortexului cerebral (Cloninger, 1994b, 1995). Studii recente, pe care le vom descrie mai târziu, arată că markerii psihofiziologici ai procesării neocorticale, cum ar fi potențialele evocate P300, sunt corelate cu diferențe individuale în ceea ce privește caracterul, dar nu și temperamentul. Această disociere subevaluează importanța neurobiologică a distincției dintre temperament și caracter, care este neglijată de modele ale personalității, derivate din analize factoriale.

Cele patru dimensiuni ale temperamentului uman corespund îndeaproape celor observate la alte mamifere, cum ar fi rozătoarele sau câinii (Wilsson & Sundgren, 1997). Descriptori clinici ai celor patru dimensiuni ale temperamentului uman și ai celor trei dimensiuni de caracter sunt ilustrați în Tabelele 7.2 și, respectiv, 7.3.

În particular, aceeași structură multidimensională este observată în populația generală (Cloninger et al., 1993) și în eșantioanele de pacienți schizofrenici (Svrakic et al., 1993) sau altfel de pacienți (Bayton et al., 1996).

Relația acestui model multidimensional cu clusterele tulburărilor de personalitate din DSM-IV (American Psychiatric Association, 1994) este indicată în Tabelul 7.4. Toate clusterele tulburărilor de personalitate sunt caracterizate de scoruri mici la autodirecționarea și cooperativitatea din TCI. Deviațiile temperamentului sunt asociate cu anumiți clusteri din DSM-IV: clusterul tulburărilor anxioase (C), cu evitare mare a suferinței, clusterul celor

Tabelul 7.2. Dimensiunile temperamentului. *Sursa:* Wilsson & Sundgren, 1997.

Dimensiunea temperamentului	Descriptorii variantelor extreme	
	Ridicat	**Redus**
Evitarea suferinței	Pesimist Fricos Timid Lipsit de energie	Optimist Îndrăzneț Descurcăreț Energic
Căutarea noutății	Explorator Impulsiv Extravagant Iritabil	Rezervat Rigid Frugal Stoic
Dependența de recompensă	Sentimental Deschis Entuziast Înțelegător	Critic Retras Detașat Independent
Persistență	Silitor Motivat Ambițios Perfecționist	Leneș Răsfățat Ineficient Pragmatic

Tabelul 7.3. Descriptorii indivizilor care prezintă scoruri mari și mici la cele trei dimensiuni ale caracterului. *Sursa:* Wilsson & Sundgren, 1997.

Dimensiunea caracterului	Descriptorii variantelor extreme	
	Ridicat	**Scăzut**
Autodirecționare	Responsabil Orientat Înzestrat Îngăduitor cu propria-i persoană Disciplinat	Acuzator Nemotivat Absurd Vanitos Indisciplinat
Cooperativitate	Tandru Empatic Folositor Plin de compasiune Principial	Intolerant Insensibil Ostil Răzbunător Oportunist
Transcendentalitate	Autoîngăduitor Transpersonal Spiritual Convins Idealist	Lipsit de imaginație Autoritar Materialist Posesiv Practic

impulsive (B), cu o căutare mare de senzații și clusterul celor de evitare (A), cu dependență scăzută de recompensă. Mai mult, categorii individuale din DSM-IV pot fi distinse pe baza unor profiluri unice de scoruri TCI. De exemplu, tulburarea de personalitate borderline este caracterizată de un profil de temperament exploziv (adică o evitare mare a suferinței, căutare mare de senzații, dependență de recompensă mică), alături de scoruri mici de caracter. O asemenea descompunere multidimensională permite unui clinician să facă clasificări disjuncte, fără problema obișnuită a unor diagnostice multiple suprapuse, pe baza listelor ambigue de criterii din DSM-IV.

Tabelul 7.4. Corelații între scalele Inventarului de Temperament și Caracter (TCI) și un număr de simptome ale dizarmoniilor de personalitate din DSM-IV. *Sursa*: Goldman et al., 1994; Nagoshi et al., 1992; Svrakic et al., 1993.

	Simptome ale tulburărilor de personalitate după clusterele din DSM-III-R			
Dimensiuni ale TCI	Total	Anxios	Impulsiv	Retras
Evită suferința	+	+ +		+
Caută noutatea	+		+ +	-
Dependent de recompense				- -
Persistent				
Autodirecționat	- - -	- -	- -	- -
Cooperant	- -	-	- -	- -
Autotranscendent				

7.3. FUNDAMENTELE NEUROBIOLOGICE ALE TEMPERAMENTULUI

Studii neurofarmacologice pe animale, cel mai adesea, pe rozătoare, și studii de stimulare și de leziuni au oferit ipoteze explicite pentru testarea relațiilor dintre învățarea stimul-răspuns și temperament. Aceste ipoteze sunt ilustrate în Tabelul 7.5 pentru toate cele patru dimensiuni de temperament. Acest model psihobiologic al învățării se bazează pe date neurofarmacologice, neuroanatomice și biochimice (Cloninger, 1987, 1994b) și pe studii ale aptitudinilor de învățare în filogeneză (Cloninger, 1994a), care sunt descrise pe scurt aici.

Căutarea noutății este caracterizată prin tonifiere și explorare, ca răspuns la stimuli noi, abordare a semnalelor de recompensă, evitare activă a semnalelor de pedeapsă condiționate și evaziunea pedepsei necondiționate. Se presupune că toate aceste patru comportamente ar covaria între diferitele componente ale căutării noutății, incluzând căutarea senzațiilor extreme (adică explorarea noutății); cheltuiala impulsivă, extravagantă (adică abordarea semnalelor de recompensă); argumentarea impulsivă (adică evitare activă); și fuga de acasă (adică evaziunea). S-a arătat că proiecțiile dopaminergice mezolimbice și mezofrontale joacă un rol crucial în activarea stimulatoare a fiecărui aspect al căutării noutății (Cloninger, 1987).

Leziuni care produc depleția neuronilor dopaminergici din nucleus accumbens sau din tegmentumul ventral conduc la neglijarea stimulilor noi din mediu și reduc atât activitatea spontană, cât și comportamentul explorator. Activarea comportamentală prin agoniști dopaminergici depinde de integritatea nucleului accumbens, dar nu și de cea a nucleului caudat. În studiile pe oameni, indivizii cu risc pentru boala Parkinson au scoruri premorbide reduse la căutarea noutății, dar nu și la alte dimensiuni ale personalității (Menza et al., 1995), susținându-se astfel importanța dopaminei în activarea stimulatoare a comportamentului hedonic. Inițierea și frecvența hiperactivității, îngurgitării, hedonismului sexual, consumului de alcool, fumatului și abuzului de alte substanțe, în special stimulante, sunt, fiecare, asociate cu scoruri mari la căutarea noutății (Bardo et al., 1996; Downey et al., 1996; Fergusson & Lynskey, 1996; Howard et al., 1996). Alte date neurofiziologice, neuroanatomice și biochimice convergente sunt prezentate în alte studii (Bardo et al., 1996; Cloninger, 1987, 1994b).

Evitarea suferinței este o tendință heritabilă de a fi îngrijorat, anxios, timid și fatigabil (Tabelul 7.2). În termenii învățării procedurale (Tabelul 7.4), indivizii cu evitarea suferinței se presupune că sunt predispuși să formeze semnale de pedeapsă sau nonrecompensă frustrantă condiționate (adică ei se îngrijorează și sunt ușor de speriat) și să fie sensibili la învățarea evitării pasive, care este inhibiția activității ca răspuns la astfel de semnale condiționate.

Tabelul 7.5. Cele patru sisteme cerebrale disociabile ce influențează pattern-urile stimul-răspuns, subiacente temperamentului. *Sursa:* Adaptat după Cloniger, 1987, 1994; Deakin, 1996.

Sistemul cerebral (dimensiunea înrudită a personalității)	Principalii neuromodulatori	Stimulii relevanți	Răspunsul comportamental
Activarea comportamentală (căutarea noutății)	Dopamina	Noutatea	Urmărirea exploratorie
		SC de recompensă	Abordare apetitivă
		SC sau SN de eliberare de monotonie sau pedeapsă	Evitarea activă Fuga
Inhibiția comportamentală (evitarea suferinței)	GABA	Condiționare aversivă (împerecherea SC și SN)	Formarea unor SC aversivi
	Serotonina (nucleul dorsal al rafeului)	Semnale condiționate de pedeapsă, noutate sau frustrare deprivată de recompensă	Evitare pasivă Extindere
Atașament social (dependența de recompensă)	Noradrenalina Serotonina (nucleul median al rafeului)	Condiționarea recompensei (atât SC, cât și SN)	Formarea de SC
Întărirea parțială (persistență)	Glutamat Serotonina (nucleul dorsal al rafeului)	Întărire intermitentă	Rezistența la extincție

Notă: SC - stimuli condiționați, SN – stimuli necondiționați, GABA – acid γ-aminobutiric.

Cu alte cuvinte, indivizii care au evitarea mare a suferinței răspund intens la semnale aversive condiționate (adică ei sunt ușor de inhibat,

timizi și fatigabili). Proiecțiile serotoninergice ascendente de la nucleul dorsal al rafeului spre substanța neagră inhibă neuronii dopaminergici nigrostriați și sunt esențiale pentru inhibiția condiționată a activității prin semnale de pedeapsă și nonrecompensă frustrantă (Cloninger, 1987; Deakin & Graeff, 1991). Benzodiazepinele dezinhibă condiționarea de evitare pasivă prin inhibiția mediată de acidul γ-aminobutiric (GABA-ergică) a neuronilor serotoninergici cu origine în nucleul dorsal al rafeului (Sepinwall & Cook, 1980; Stein, 1981). Celulele serotoninergice din partea anterioară a nucleului dorsal al rafeului se intercalează cu celulele dopaminergice de la aria tegmentală ventrală și ambele grupuri inervează aceleași structuri (adică ganglionii bazali, inclusiv nucleul accumbens și amigdala), asigurând influențe antagonice dopaminergic-serotoninergice în modularea comportamentelor de abordare și evitare. Proiecțiile serotoninergice anterioare de la nucleul dorsal al rafeului spre striatum, nucleul accumbens, amigdală și cortexul frontal sunt, de obicei, asociate cu receptori 5-HT_2 (Deakin & Graeff, 1991). La indivizii care obțin scoruri mari atât la evitarea suferinței, cât și la căutarea noutății este de așteptat să aibă conflicte abordare-evitare frecvente, ca în ciclurile de îngurgitare-provocare a vomei în bulimie (Cloninger, 1994b). Mai general, inhibiția comportamentală excesivă (adică evitarea mare a suferinței) predispune indivizii la anxietate, depresie și stimă de sine scăzută. Tratamentul antidepresiv eficient scade scorurile la evitarea suferinței, dar scoruri mai mari la evitarea suferinței prezic răspunsuri mai modeste la antidepresive, inclusiv triciclicele și inhibitorii selectivi ai recaptării serotoninei (SSRIs) (Joffe et al., 1993; Joyce et al., 1994; Tome et al., 1997).

Dependența de recompensă se presupune că este o predispoziție heritabilă pentru facilitarea dezvoltării semnalelor de recompensă condiționate, în particular, a amorselor sociale. S- a presupus că proiecțiile noradrenergice de la locus coeruleus și proiecțiile serotoninergice de la nucleul median al rafeului influențează o astfel de condiționare de recompensă (Tabelul 7.5). La animale, stimularea locus coeruleus-ului noradrenergic sau a fasciculului său dorsal sau aplicarea directă a noradrenalinei descrește rata de descărcare a neuronilor terminali și crește sensibilitatea lor pentru alte aferențe, în așa fel încât stimulii țintă să

fie selectați din stimulii non-țintă (Segal & Bloom, 1976). La oameni, reducerea de scurtă durată a eliberării noradrenalinei, prin infuzia acută de clonidină, agonist presinaptic α_2, alterează selectiv învățarea asociativă de perechi, în particular achiziția de asocieri noi (Frith et al., 1985). Locus coeruleus-ul 10Ct este localizat la același nivel posterior al trunchiului cerebral, ca și nucleul median al rafeului serotoninergic, și ambele populații celulare posterioare monoaminergice inervează structuri importante pentru formarea de asocieri de perechi, cum ar fi talamusul, neocortexul și hipocampul (Deakin, 1996). În timp ce receptorii 5-HT_{2a} din cortexul frontal sunt inervați mai ales de proiecții de la nucleul dorsal al rafeului, terminalele rafeului median inervează fibrele înzestrate cu receptori 5-HT_{1a} din lobul temporal anterior și medial. Studii neurofiziologice arată că lobul temporal anterior este specializat pentru decodarea semnalelor sociale, cum ar fi imagini faciale sau gesturi sociale. În consecință, se așteaptă ca indivizii cu dependență de recompensă mare să fie sensibili mai ales în comunicarea lor socială, în timp ce cei cu dependență de recompensă mică se așteaptă să fie tonici social.

Persistența este o a patra dimensiune heritabilă a temperamentului. Indivizii persistenți sunt dornici, ambițioși și hotărâți să obțină performanțe supramedii. Persistența poate fi măsurată obiectiv prin efectul de extincție parțială a întăririi (PREE, *partial reinforcement extinction effect*), în care indivizii persistenți sunt mai rezistenți la extincția comportamentului care a fost înainte întărit intermitent decât alți indivizi care au primit în continuu întăriri. Inițial, Cloninger (1987) a propus persistența ca pe o componentă a dependenței de recompensă, pentru că experimentele pe animale au sugerat că leziunile fasciculului noradrenergic dorsal conduc la rezistență la extincție a comportamentului întărit anterior (Mason & Iversen, 1979). Oricum, studiile pe animale cu privire la efectul de extincție, dependent de fasciculul dorsal, nu au fost reproductibile. De asemenea, studiile pe oameni au arătat că persistența a fost corelată slab și inconsistent cu dependența de recompensă (Cloninger et al., 1993) și a fost moștenită independent (Stallings et al., 1996). Studii recente efectuate pe rozătoare au indicat că integritatea PREE depinde de proiecții de la subiculumul din formațiunea hipocampică spre nucleul accumbens (Tai et al., 1991). Această proiecție glutamatergică ar putea fi considerată ca o

șuntare a sistemului de inhibiție comportamentală spre sistemul de activare comportamentală, convertind, deci, un semnal de pedeapsă condiționat într-un semnal de anticipare a recompensei, condiționat. Această conexiune este, probabil, alterată la oameni de leziuni ale cortexului orbitomedial, care ar putea avea un efect specific, antagonic persistenței cu beneficiu terapeutic pentru unii pacienți cu tulburări obsesiv-compulsive severe (Cloninger, 1994b). Cingulotomia bilaterală, care reduce numai evitarea suferinței este mai puțin eficientă în reducerea comportamentului compulsiv persistent decât cingulotomia combinată cu leziuni orbitomediale (Hay et al., 1993).

7.4. CORELATE PSIHOBIOLOGICE ALE TEMPERAMENTULUI ȘI CARACTERULUI

Corelatele psihobiologice ale evitării suferinței

În ultimul deceniu, cercetători independenți au obținut informații extensive pentru a testa predicțiile teoretice pe care Cloninger le-a făcut despre psihobiologia fiecăreia dintre cele șapte dimensiuni de personalitate. Studii neuroanatomice, neuropsihologice, neurochimice și studii neurogenetice asupra genelor candidate cu un rol în evitarea suferinței, sunt prezentate în Tabelul 7.6. Studiile neuropsihologice confirmă că evitarea suferinței este asociată cu diferențe individuale în condiționarea clasică de evitare, în timp ce alte dimensiuni ale personalității nu sunt corelate (Corr et al., 1995a). Evitarea suferinței, dar nu și alte dimensiuni ale temperamentului, este asociată, în chip replicabil, cu potențarea răspunsului catatonic la fluxuri de aer, ca stimul aversiv aplicat spre fantele palpebrale (Corr et al., 1995b, 1997). Nu au fost testate direct corelațiile dintre învățarea evitării pasive cu variabilele de personalitate din TPQ, dar alte teste neuropsihologice confirmă efecte ce implică inhibiția comportamentală. De exemplu, evitarea suferinței este asociată cu efectul de validitate Posner. Sarcina Posner utilizează paradigma timpului de reacție al detecției la prezentarea discretă, la periferie, a unor stimuli vizuali simpli. Amorsele care direcționează corect atenția spre locația spațială unde va apărea stimulul țintă sunt numite

amorse valide, în timp ce acelea care direcționează atenția către locații incorecte sunt numite amorse nevalide.

În trei eșantioane mari de studenți sănătoși, indivizii care au obținut o evitare mai mare a suferinței au afișat o reducere mai rapidă a reacției lor la amorse nevalide sau un beneficiu mai mic decât la alții de pe urma amorselor valide (r = .28, .30, .38 în fiecare studiu) (Cloninger et al., 1994).

Studiile asupra a 31 de adulți sănătoși voluntari cărora le-a fost efectuată, la National Institute of Mental Health, o tomografie cu emisie de pozitroni (PET), utilizând ^{18}F-fluorodeoxiglucoză și cărora le-a fost aplicat și TPQ, au confirmat că evitarea suferinței a fost asociată cu activitate crescută în circuitul paralimbic anterior, mai specific, amigdala dreaptă și insula, cortexul orbitofrontal drept și cortexul prefrontal medial stâng (George et al., comunicare scrisă, mai, 1996). Acest model de activare corespunde bine cu terminalele dotate cu receptori 5-HT_2 ale proiecțiilor rafeului dorsal. Oricum, 5-HT_2 a fost măsurată numai la nivelul plăcuțelor sanguine (Tabelul 7.6).

Niveluri plasmatice mai mari de GABA au fost corelate cu evitarea redusă a suferinței (Tabelul 7.6.). GABA plasmatic a fost, de asemenea, corelată cu alte măsuri ale predispoziției la anxietate și corelează foarte mult cu nivelurile cerebrale de GABA (Cowley et al., 1996). În sfârșit, s-a descoperit că o genă de pe cromozomul 17q12 care controlează expresia transportorului serotoninei, justifică 4-9% din varianța totală a evitării suferinței; acest efect a fost observat în patru din studiile indicate în Tabelul 7.6. Aceste descoperiri susțin un rol atât al GABA, cât și al proiecțiilor serotoninergice de la rafeul dorsal în diferențele individuale ale inhibiției comportamentale, așa cum aceasta este măsurată prin trăsătura de evitare a suferinței.

Corelatele psihobiologice ale căutării noutății

Corelatele pihobiologice studiate pentru căutarea noutății sunt rezumate în Tabelul 7.7. Scoruri mari sunt asociate cu activitatea metabolică crescută la PET în cortexul cingulat și caudat (George et al., comunicare scrisă, mai 1996; Menza et al., 1995). În plus, căutarea mare a noutății este asociată cu activitate scăzută în cortexul prefrontal medial, adică exact aceeași regiune asociată cu activitate crescută la indivizii cu scoruri mari la evitarea suferinței. Această

Tabelul 7.6. *Corelate psihobiologice ale evitării pericolului*

Variabilă	*Efect*	*Subiecți*	*Referințe*
Neuroanatomie (PET)			
Prefrontal medial (S)	+ + activitate	Subiecți sănătoși	George et al., 1996
Paralimbic anterior (D)	+ + activitate	Subiecți sănătoși	
Neuropsihologie			
Condiționare aversivă	Associative pairing (r=.4)	Subiecți sănătoși	Corr et al., 1995a
Reflex de clipire	Potențarea (mărimea efectului 1.9)	Subiecți sănătoși	Corr et al., 1995b, 1997
Efectul de validitate Posner	Mai lent (r=.3)	Subiecți sănătoși	Swanson et al., 1994
Răspuns spațial întârziat	Întârziere mai bună (r=.5)	Subiecți sănătoși *p*-Amfetamină	Fleming et al., 1995
Neurochimie			
Receptor 5-HT_2 plachetar	Mai puțini (r = -.6)	Subiecți depresivi	Nelson et al., 1996
GABA plasmatic	Mai scăzut (r = -.5)	Subiecți sănătoși și fii ai unor pacienți alcoolici	Cowley et al., 1996
Neurogenetică			
Promotor al transportorului 5-HT	Mărimea efectului .3	Subiecți sănătoși	Lesch et al., 1996
	Mărimea efectului .5	Familii	Lesch et al., 1996
	Mărimea efectului .5	Subiecți în vârstă	Ricketts et al., (in press)
	Mărimea efectului .9	Femei tinere	Nakamura et al., 1997
	Absența efectului	Subiecți sănătoși	Ball et al., 1997
	Absența efectului	Subiecți sănătoși	Ebstein et al., 1997

Notă. PET: tomografie cu emisie de pozitroni; S: stânga; D: dreapta; GABA: acid γ- aminobutiric.

descoperire sugerează că neocortexul prefrontal medial ar putea fi o regiune importantă în procesarea conflictelor abordare-evitare.

Studii ale potențialelor evocate dependente de intensitatea stimulului confirmă că trăsătura căutării noutății este asociată cu augmentarea intensității stimulului, în particular, a stimulilor noi (Juckel et al., 1995). Căutătorii noutății sunt, de asemenea, sensibili atât la sedative, cât și la stimulente: ei sunt ușor de suprasedat cu benzodiazepine (Cowley et al., 1993) și de suprastimulat cu amfetamine, ducând la deteriorări în procesarea informației (Fleming et al., 1995). Timpii lor de reacție la stimuli neutri sunt mici (Cowley et al., 1995a).

Asocierea activității crescute în striatum cu o căutare mare a noutății este relaționată mai specific cu densitatea mai mare a transportorului dopaminei la pacienții alcoolici (Tiihonen et al., 1995), sugerând că trăsătura căutării noutății implică recaptarea crescută de dopamină la nivelul terminalelor presinaptice, ceea ce necesită stimularea suplimentară, pentru a menține niveluri optime de stimulare dopaminergică postsinaptică. Căutarea noutății duce la diverse comportamente de căutare a plăcerii, incluzând fumatul, care ar putea explica observarea frecventă a unei activități scăzute a monoamin-oxidazei (MAO) B plachetare, pentru că fumatul are efectul inhibării activității MAO B în plăcuțe și în creier (Fowler et al., 1996).

Studiile genelor candidate implicate în neuromedierea dopaminergică (de exemplu, transportorul dopaminei și receptorul dopaminergic D_4 sau *D4DR*) au oferit dovezi pentru asocierea acesteia cu căutarea noutății, dar cu nici o altă dimensiune a temperamentului. Transportorul dopaminei care este responsabil de recaptarea presinaptică a dopaminei și care este o țintă majoră de acțiune a drogurilor, inclusiv stimulente ca metilfenidatul și antidepresivul buspironă, este codat de locusul *SLC6A3* (numit și *DAT1*) de pe cromozomul 5p (Gelernter et al., 1995). Un polimorfism al acestei gene este asociat cu tulburarea de deficit atențional (Cook et al., 1995; Gill et al., 1997) și cu alte tulburări legate de variații ale căutării noutății (Blum et al., 1997; Comings et al., 1996). Căutarea noutății nu a fost măsurată direct în aceste studii, iar rezultatele nu sunt consistente, nici chiar atunci când căutarea

Tabelul 7.7. Corelate psihobiologice ale căutării noutății

Variabilă	Efect	Subiecți	Referințe
Neuroanatomie (PET)			
Prefrontal (S)	- - activitate	Subiecți sănătoși	George et al., 1996
Cingulat	+ + activitate	Subiecți sănătoși	
Caudat (S)	+ + activitate	Subiecți sănătoși	
Caudat (S)	+ + captare dopamină	Pacienți cu Parkinson	Menza et al., 1995
Neuropsihologie			
Timp de reacție	Mai lent (r = -.4) dacă nu este întărit	Subiecți sănătoși	Corr et al., 1995a
Intensitatea stimulului (Potențiale evocate N_1/P_2 ERP)	Crește noutatea (r =.5)	Subiecți sănătoși	Juckel et al., 1995
Prag de sedare (sacade *p*- diazepam)	Mai scăzut la sedare (r = -.3)	Subiecți cu anxietate generalizată și sănătoși	Cowley et al., 1993
Lista verbală de memorie Rey	Se deteriorează *p*- amfetamina (r=.6)	Subiecți sănătoși	Fleming et al., 1995

Tabelul 7.7 (continuare). Corelate psihobiologice ale căutării noutății

Variabilă	Efect	Subiecți	Referințe
Neurochimie			
Transportorul dopaminei la nivelul striatului	Densitate crescută (SPECT)	Pacienți alcoolici	Tiihonen et al., 1995
MAOB plachetar	Activitate mai scăzută		
	(r= -.5)	Subiecți sănătoși	Sullivan et al., 1990
	(r= -.3)	Pacienți alcoolici	Sullivan et al., 1990
	(r= -.5)	Fii ai unor pacienți alcoolici	Howard et al., 1996
	(r= -.6)	Pacienți alcoolici abstinenți	Rommelspacher et al., 1994
Neurogenetică			
Receptorul dopaminergic D_4	Mărimea efectului .3	Subiecți sănătoși	Ebstein et al., 1996
	Mărimea efectului .4	Subiecți sănătoși	Benjamin et al., 1996
	Mărimea efectului .4	Familii	Benjamin et al., 1996
	Efect cu NS_1	Femei tinere	Ono et al., 1997
	Lipsă efect	Subiecți alcoolici și sănătoși	Malhotra et al., 1997
	Lipsă efect	Subiecți alcoolici și sănătoși	Sander et al. (în curs de apariție)
	Lipsă efect	Subiecți sănătoși	Sullivan et al., 1997
Transportorul dopaminei	Mărimea efectului .4	Subiecți cu ADHD	Cook et al., 1995
	Lipsă efect	Subiecți sănătoși	Sullivan et al., 1997

Notă. PET: tomografie cu emisie de pozitroni; S: stânga; ADHD: tulburare de hiperactivitate cu deficit atențional; MAO: monoamin oxidază; ERP: potențial de receptor timpuriu; SPECT: tomografie computerizată cu emisia unui singur foton.

noutății este măsurată (Tabelul 7.7.). Acest rezultat nu este surprinzător, date fiind dovezile provenite din scanări ale linkajelor la nivelul întregului genom, despre interacțiunea epistatică (nonlineară) dintre locusuri multiple. O susținere suplimentară pentru studiile inițiale de linkaj și asocierea dintre locusul *D4DR* și căutarea noutății vine din mai multe studii ce confirmă asocierea alelică dintre polimorfismul exonului III al *D4DR* și tulburarea de deficit atențional/hiperactivitate (LaHoste et al., 1996) și cu dependența de opioide (Kotler et al., 1997), ambele fiind asociate cu niveluri mari de căutare a noutății.

Corelatele psihobiologice ale dependenței de recompensă

Corelatele psihobiologice studiate ale dependenței de recompensă sunt rezumate în Tabelul 7.8. Conform predicției, dependența de recompensă este asociată cu diferențe individuale în formarea semnalelor de recompensă condiționate (Corr et al., 1995a). Această descoperire este susținută, de asemenea, de asocierea ei cu diferențe individuale în învățarea asocierii perechilor în condiții placebo (Cloninger et al., 1994; Fleming et al., 1995).

Dependența mare de recompensă este asociată cu o activitate crescută în talamus (George et al., 1996), ceea ce este consistent cu propunerea lui Deakin (1996) despre importanța proiecțiilor serotoninergice de la rafeul median spre talamus în modularea comunicării sociale. Această asociere este mai departe susținută de descoperirea unor niveluri scăzute de 3-metoxi-4-hidroxifenilglicol (MHPG) în urina pacienților alcoolici cu dependență de recompensă mare (Garvey et al., 1996). Alte studii efectuate în Germania pe pacienți alcoolici au indicat niveluri mai mari de harman p-carbolin, care rezultă din interacțiunea indolaminelor și acetaldehidei la pacienții alcoolici (Wodarz et al., 1996).

Ebstein et al. (1997b) au raportat o asociere alelică semnificativă între un polimorfism al locusului receptorului 5-HT_{2c}, atât cu dependența de recompensă, cât și cu persistența. Mai mult, aceste efecte au fost facilitate de interacțiunea dintre *D4DR* și *D3DR* (Ebstein et al., 1997b). Nu există studii despre receptorul 5-HT_1 și vreo dimensiune temperamentală, dar asemenea investigații ar merita a fi efectuate pentru testarea predicției lui Deakin asupra acestor receptori și învățării sociale.

Tabelul 7.8. Corelate psihologice ale dependenței de recompensă

Variabilă	Efect	Subiecți	Referințe
Neuroanatomie (PET)			
Talamus	+ + activitate	Subiecți sănătoși	George et al., 1996
Neuropsihologie			
Condiționare prin recompensă	Grupare asociativă (r=.3)	Subiecți sănătoși	Corr et al., 1995a
Asociere perechi	Învățare mai bună (r=.5)	Subiecți sănătoși	Fleming et al., 1995
Efectul de validitate Posner	Învățare mai rapidă (r= -.4)	Subiecți sănătoși	Swanson et al., 1994
Neurochimie			
MHPG urinar	Excreție mai redusă (r= -.4)	Pacienți alcoolici	Garvey et al., 1996
Harman urinar	Excreție mai mare (r=.7)	Pacienți alcoolici	Wodarz et al., 1996
Neurogenetică			
Receptor 5-HT_{2c}	Mărimea efectului 2.0	Subiecți sănătoși	Ebstein et al., 1997

Note. PET: tomografie cu emisie de pozitroni; MHPG: 3- metoxi- 4- hidroxifenilglicol.

Tabelul 7.9. Corelate psihobiologice ale persistenței

Variabilă	Efect	Subiecți	Referințe
Neuroanatomie			
Cortex orbitomedial	Întreruperea reduce perseverența	Pacienți obsesivi	Hay et al., 1993 Cloninger, 1994
Neuropsihologie			
Mărimea pariului în ciuda pierderilor în sarcini de joc de noroc	Perseverență (r =.4)	Subiecți sănătoși	Christodoulou et al., 1995
Învățarea listei verbale Rey	Învățare fără întăriri (r =.5)	Subiecți sănătoși	Fleming et al., 1995 Cloninger et al., 1994
Neurochimie			
Conexiune glutaminergică Subiculum-ul nucleului acumbens	Esențial pentru PREE[a]	Șobolani	Tai et al., 1991
Neurogenetică			
Receptorul 5- HT_{2C}	Mărimea efectului 2.0	Subiecți sănătoși	Ebstein et al., 1997

*Efectul de extincție parțială a întăririi (PREE) este persistența sau rezistența crescută la extincție în urma unor întăriri intermitente.

Corelatele psihobiologice ale persistenței

Corelatele psihobiologice studiate ale persistenței sunt rezumate în Tabelul 7.9. Mult mai puține studii sunt disponibile despre persistență decât despre alte trăsături de personalitate, posibil din cauză că aceasta a fost distinsă ca dimensiune moștenită independent, încă din 1993 (Cloninger et al., 1993). Studii neuropsihologice confirmă că indivizii cu persistență mare fac mai mult efort de a învăța fără întăriri (Cloninger et al., 1994; Fleming et al., 1995). În sarcini de joc cu miză, simulate în laborator, indivizii cu persistență mare sunt, de asemenea, mai perseverenți; adică, ei afișează "eroarea jucătorului", prin menținerea unei mize de aceeași mărime, în pofida unor pierderi repetate.

Corelatele psihobiologice ale caracterului

Distincția dintre temperament și caracter ar fi mult mai clară dacă un test obiectiv ar putea discrimina trăsăturile de caracter de trăsăturile de temperament. Recent, Vedeniapin et al., (1997) au observat la 56 de subiecți sănătoși că autodirecționarea din TCI este corelată moderat cu potențialul evocat P300 (r = .3, p =.02) în regiunile parietale (Tabelul 7.10). P300 nu a fost corelată cu alte dimensiuni de personalitate, iar corelația cu autodirecționarea a rămas neschimbată la controlarea evitării suferinței și a altor dimensiuni ale temperamentului și caracterului. La fel, variația contingentă negativă a fost corelată moderat cu trăsătura cooperativității din TCI și, într-o mai mică măsură, cu autotranscendența din TCI, dar nu și cu autodirecționarea sau vreo altă dimensiune de temperament.

Tabelul 7.10. Relația dintre trăsăturile de caracter și diferențele psihobiologice, prin potențialele evocate cu origine parietală la indivizii adulți sănătoși. *Sursa*: Vedeniapin et al., 1997.

	Corelația cu	
Trăsătura de caracter	**P300**	CNV
Autodirecționare	+.31 (P=.023)	-.26 (NS)
Cooperativitate	+.14 (NS)	-.34 (P=.035)
Autotranscendență	+.06 (NS)	-.32 (P=.048)

Notă: P300 exprimă amplitudinea medie a P300 între semnalele parietale (P3, Pz, P4) la 56 de subiecți; CNV este variația contingentă negativă între sursele parietale (P3, Pz, P4) la 37 de subiecți. Toate corelațiile au controlat vârsta; corelațiile lui P300 au controlat alte trăsături de caracter.

7.5. CONCLUZII

În ultimul deceniu, cercetători independenți au obținut informații extensive care oferă teste empirice ale modelului teoretic al personalității umane, descris și de noi aici. Aceste teste au fost facilitate de disponibilitatea largă a inventarelor cantitative autoraportate, de încredere și scurte, pentru măsurarea temperamentului (TPQ) și a caracterului (TCI). Datele disponibile susțin, în general, modelul celor șapte factori, incluzând domeniile majore ale temperamentului și caracterului și subdiviziunile fiecăruia dintre aceste domenii.

Predicțiile teoretice, făcute pentru prima dată de Cloninger în 1987 au căpătat un grad remarcabil de confirmare prin datele empirice din neuroanatomie, neuropsihologie, neurochimie și neurogenetică din cei zece ani care au urmat. Accentuarea inițială asupra importanței neuromodulării dopaminergice în căutarea noutății, a neuromodulării serotoninergice de la rafeul dorsal în evitarea suferinței și a influențelor noradrenergice în dependența de recompensă au fost, în general, susținute. Totuși, persistența a rezultat ca o a patra dimensiune eritabilă, cu anumite corelate psihobiologice distincte, și trei dimensiuni de caracter au fost diferențiate de acelea ale temperamentului. De asemenea, psihobiologia fiecărui sistem implică interacțiuni între numeroase gene și între sisteme neuromediatoare.

Modelul celor șapte factori al personalității oferă un cadru util pentru înțelegerea mai completă a psihobiologiei numeroaselor dimensiuni ale personalității. El poate justifica clusteruri și categorii de diagnostic în termenii unor profiluri multidimensionale care sunt relativ stabile în dezvoltare, la fel cum poate oferi măsuri cantitative utile, atât în cercetarea psihobiologică, cât și clinică. Replicările recente ale descoperirii că modelul cu șapte factori al personalității prezice diferențele individuale reactive la antidepresive sunt de o deosebită semnificație practică (Joffe et al., 1993; Joyce et al., 1994; Tome et al., 1997). Această descoperire permite înțelegerea psihobiologiei personalității pentru ghidarea practicii clinice, prin informarea selecției diferitelor medicamente și combinații de medicamente asociate cu psihoterapia (Cloninger & Svrakic, 1997; Tome et al., 1997).

Înainte de a încheia, trebuie să adăugăm un alt punct de vedere. Studiile lui Cloninger şi ale altora (Siever & Davis, 1991) au încercat să coreleze diferite dimensiuni ale comportamentului şi personalităţii cu diferite sisteme neuromediatoare. Numărul de cercetări efectuate de când au fost propuse aceste teorii este remarcabil (Cloninger, 1987; Cloninger et al., 1993; Siever & Davis, 1991; Cloninger, Svrakic & Przybeck,2006). Pe de o parte, aceste cercetări ar putea reflecta dorinţa şi nevoia puternică pentru o teorie biologică a personalităţii şi a patologiei personalităţii. Pe de altă parte, în umila noastră opinie, numărul de cercetări ar putea reflecta gradul în care teoriile propuse rezonează cu intuiţiile clinice şi de cercetare. Dar, pentru scopurile noastre, poate cel mai important punct de vedere ar trebui să reflecte ideea că metode şi metodologii tot mai sofisticate sunt aplicate cu o frecvenţă crescândă, în încercarea de a descoperi suporturile biologice ale comportamentelor care constituie personalitatea şi tulburările ei.

Glosar

Agonişti = substanţe care acţionează în acelaşi sens

Alternative Five („Cinci Alternativ") = model al personalităţii cu cinci dimensiuni propus de Zuckerman şi colaboratorii săi ca şi alternativă la modelul Big Five

Amfetamină = substanţă psihotropă din categoria psihostimulentelor, care susţine starea de vigilenţă, atenuează senzaţia de oboseală şi asigură, pe o durată limitată, performanţe fizice şi intelectuale deosebite

Analiză factorială = metodă statistică prin care se extrag factorii generali pe baza unor evaluări empirice sub formă de chestionare (itemi de chestionar)

Benzodiazepine = substanţe administrate pentru reducerea stărilor de anxietate

Big Five („Marele Cinci") = model al personalităţii propus de Costa şi McCrae (1992), care explică personalitatea în funcţie de cinci factori/ dimensiuni

Cingulotomia bilaterală = secţionarea fibrelor nervoase care leagă cortexul cingulat de alte arii corticale şi subcorticale din ambele emisfere cerebrale

Cingulotomia combinată = secţionarea fibrelor nervoase care leagă cortexul cingulat de alte arii corticale şi subcorticale combinată cu secţionarea unor fibre care leagă alte arii cerebrale

Cortexul cingulat = formaţiune neuronală situată pe faţa internă a fiecărei emisfere cerebrale, înconjurând corpul calos, care interconectează lobul frontal cu lobul temporal

Cortexul orbito-frontal = segmentul anterior al cortexului prefrontal

Cortexul prefrontal = treimea anterioară a emisferelor cerebrale, care constituie aria de integrare a informaţiilor şi control al comportamentului

Depleţia neuronilor = reducerea sau epuizarea neurotransmiţătorilor de la nivelul anumitor neuroni

Dopamină = neurotransmiţător considerat iniţial doar ca intermediar în sinteza adrenalinei şi noradrenalinei

DSM – IV = dicţionarul de sănătate mentală ediţia a IV a

GABA (acid γ-aminobutiric) = unul dintre cei mai importanţi neurotransmiţători de la nivelul sinapselor inhibitoare

Ganglioni bazali =nuclei subcorticali situaţi la baza creierului, în proximitatea cornului anterior al ventricolului lateral, a talamusului şi hipotalamusului

Hipocamp = formaţiune corticală cu rol important pentru memorie, comportamentul motivat, învăţare, formarea de reflexe condiţionate şi reglarea centrilor hipotalamici implicaţi în reacţiile emoţionale

Insula = zonă cotricală situată în profunzimea scizurii lui Sylvius

Locus coeruleus = nucleu cerebral de mică dimensiune, situat în partea superioară a planşeului ventricolului al IV-lea, care are o funcţie esenţială pentru sistemul de neurotransmiţători noradrenergic din formaţiunea reticulată a trunchiului cerebral

Monoamin-oxidaza (M.A.O.) = enzimă care facilitează degradarea serotoninei, dopaminei, adrenalinei şi noradrenalinei

Neocortex = cea mai mare parte a suprafeţei scoarţei cerebrale umane, caracterizată prin individualizarea clară a celor şase straturi de neuroni

Neuroni dopaminergici nigrostriaţi = neuroni din substanţa neagră (formaţiune neuronală situată la nivelul mezencefalului) cu proiecţie în corpul striat, care au ca şi mediator dopamina

Neurotransmiţători = substanţă chimică sintetizată şi eliberată de neuroni şi care mediază transmiterea impulsului nervos la nivelul sinapselor chimice

Noradrenalină = neurotransmiţător similar adrenalinei şi a cărui descărcare are efecte asupra sistemului vegetativ simpatic

Nucleul accumbens = mic grup neuronal situat în proximitatea capului nucleului caudat; este numit şi sistem dopaminergic mezolimbic, având un rol legat de senzaţiile hedonice şi fiind implicat în dependenţa de substanţe

Nucleul caudat = structură de materie cenuşie de la baza creierului, rulată în jurul talamusului, cu acţiune inhibitorie asupra posturii şi mişcărilor induse de cortex

Proiecţii dopaminergice = proiecţii ale nucleilor dopaminergici (care au ca şi mediator dopamina)

Proiecţii mezofrontale = proiecţii ale neuronilor mezencefalici la nivelul cortexului frontal

Proiecţii mezolimbice = proiecţii ale neuronilor mezencefalici la nivelul sistemului limbic

Receptori 5-HT2 = receptor ai serotoninei

Serotonină = substanţă larg răspândită în ţesuturile corpului, dar care are şi rol important de neurotransmiţător, cu densitate maximă la nivelul nucleului suprachiasmatic şi al hipotalamusului

Sistem limbic = structuri corticale şi subcorticale având strânse legături funcţionale, filogenetic arhaice, cu rol în integrarea informaţiei olfactive, reglarea mecanismelor vegetative, a stărilor emoţionale şi a memoriei

Striatum = formaţiune de la baza creierului în a cărei componenţă intră nucleul caudat şi nucleul lenticular

Tegmentumul ventral = zona ventrală a mezencefalului

Capitolul 8

O ANALIZĂ RETROSPECTIVĂ ASUPRA TEORIILOR PERSONALITĂȚII

Prin analiza modelelor teoretice prezentate în această carte, ghidați fiind de grila de lectura propusă de Lawerence Pervin (2002), ne-am străduit să înțelegem mai bine de ce oamenii se comportă într-un anumit fel și, respectiv, să obținem explicații mai clare pentru aceste comportamente. Atenția noastră s-a focalizat, prioritar, asupra modului în care diferite teorii conceptualizează comportamentul uman.

În acest ultim capitol ne propunem o analiză critică asupra a două chestiuni. În primul rând, vom relua, contras, câteva dintre cele mai delicate probleme care, în funcție de modalitățile interpretative, personalizează abordarea fiecărui teoretician. Acestea sunt: perspectiva filozofică asupra persoanei, consistența transsituațională a comportamentului, cauzele externe și interne ale comportamentului, unitatea comportamentului și conceptul de sine, influențele trecutului, prezentului și viitorului asupra comportamentului. În al doilea rând, cu scopul de a reliefa, mai cu seamă similitudinile dintre teoreticieni, vom analiza, comparativ, particularitățile răspunsurilor pe care aceștia le pot oferi dacă le-am adresa cele trei întrebări care ne-au ghidat organizarea acestui volum: Ce? De ce ? și Cum? Pe scurt, vom reevalua aici diferențele și similitudinile dintre teoriile personalității, adresând, totodată, provocări studiilor și modelărilor viitoare.

8.1. ELEMENTE CARE ÎI INDIVIDUALIZEAZĂ PE TEORETICIENII PERSONALITĂȚII

Perspectiva filozofică asupra persoanei

Teoreticienii ale căror teze le-am expus în această lucrare prezintă o diversitate de puncte de vedere. Freud compară persoană

cu un sistem energetic. Maslow şi Rogers accentuează potenţialul auto-actualizator al individului; Skinner relevă o persoană ce se limitează la a răspunde contingenţelor de întărire oferite de mediu. Bandura ne oferă un model socio-cognitiv al persoanei ca organism ce-şi rezolvă problemele etc. Desigur, o serie de alte interpretări sunt posibile. Chiar şi în interiorul aceleiaşi orientări punctele de vedere pot fi sensibil nuanţate, aşa cum o dovedeşte cazul teoriei trăsăturilor.

Fiecare perspectivă asupra organismului deschide anumite căi de gândire, cercetare şi analiză. Dar, în acelaşi timp, ea poate bloca modalităţile investigative ale altor abordări. Spre exemplu, viziunea timpurie a modelului stimul–răspuns (S-R) asupra persoanei a anulat recunoaşterea importanţei ce era acordată funcţiilor cognitive. Este evident faptul că prin accentele modelelor cognitive contemporane putem corecta acest dezechilibru, dar, în aceeaşi măsură, ne expunem altor pericole: subestimarea unor domenii importante ale experienţelor umane, cum ar fi motivaţia şi emoţia.

Intenţia noastră nu este de a judeca corectitudinea fiecărei teorii, ci, de a conştientiza cititorul cu privire la diversitatea punctelor de vedere şi de a-l ajuta să înţeleagă că fiecare dintre acestea are părţile sale tari şi slabe.

Consistenţa transsituaţională a comportamentului

Aşa cum am putut constata, un element major prin care se diferenţiază teoriile personalităţii se referă la consistenţa personalităţii, în contexte diferite. Cunoscută drept „controversa persoană–situaţie", această problemă reuşeşte să alinieze teorii şi perspective foarte diferite, cum ar fi teoria psihanalitică şi teoria trăsăturilor, ambele aducând argumente în favoarea relativei consistenţe transsituaţionale. Aceste argumente sunt contrapuse celor avansate de teoria social-cognitivă care accentuează, în schimb, specificitatea contextuală. Bineînţeles, teoriile trăsăturilor şi psihanalitică diferă în ceea ce priveşte explicaţiile pe care le oferă pentru această constanţă comportamentală. Astfel, prima pune accent pe rolul determinanţilor genetici, iar cea de-a doua pe dezvoltarea timpurie a unei structuri bazale ale personalităţii. Cu toate acestea, ambele sugerează existenţa unui grad înalt de consistenţă a

personalităţii, mai ales dacă se trece peste ceea ce sunt considerate diferenţe superficiale sau de aparenţă (fenotipul), ca opuse structurilor de adâncime (genotipul). Spre deosebire de acestea, abordările cognitive pun accent pe gradul în care învăţarea este dependentă de context şi pe măsura în care indivizii îşi reglează comportamentul, în funcţie de cerinţele diverselor situaţii în care se găsesc.

Un acord mai larg există între diverse teorii în ceea ce priveşte stabilitatea longitudinală. Toate teoriile personalităţii acceptă existenţa unui grad înalt de stabilitate a personalităţii de-a lungul timpului, mai ales după atingerea vârstei adulte. Cu toate acestea, teoriile diferă în privinţa explicaţiilor pe care le înaintează pentru această stabilitate, dar şi prin perspectiva pe care o au privitor la potenţialul de schimbare a individului. Astfel, dacă teoriile trăsăturilor pun accent îndeosebi pe rolul factorilor genetici, teoria psihanalitică subliniază importanţa continuităţii structurilor de personalitate, dezvoltate foarte timpuriu în viaţa individului, iar teoriile cognitive supralicitează rolul individului în selectarea situaţiilor care îi menţin această consistenţă. În acest ultim caz, se pune un accent deosebit pe motivele cognitive, cum ar fi trebuinţa de auto-verificare şi cea de consistenţă a sinelui. În acest sens, nu întâmplător teoriile cognitive reliefează existenţa unui potenţial mai mare de schimbare, comparativ cu cel postulat de teoriile psihanalitică şi a trăsăturilor. Din acest punct de vedere, Rogers a fost cel mai aproape de abordările cognitive. Cu toate acestea, perspectiva optimistă a lui Rogers cu privire la potenţialul de schimbare pare să fi exprimat mai mult o abordare filozofică a individului şi mai puţin un interes pentru procesele cognitive sau specificitatea contextuală a comportamentelor.

Iată, aşadar, că dincolo de asemănări, persistă încă nenumărate diferenţe. Încotro ne îndreptăm? Ştim că unii indivizi sunt mai constanţi decât alţii; recunoaştem că majoritatea oamenilor sunt constanţi sub anumite aspecte şi mai puţin constanţi în ceea ce priveşte altele. De asemenea, ştim că unele persoane se schimbă foarte puţin în decursul timpului, în timp ce altele se schimbă radical. Prin urmare, sarcina principală ce revine personologilor este de a explica diadele consistenţă - variabilitate şi, respectiv, stabilitate-schimbare, în funcţionarea individuală. În cele din urmă, o teorie

unificată a personalității ar trebui să ofere interpretări clare pentru consistență și variabilitate, dar și pentru stabilitate și schimbare. Acestea vor face, cu siguranță, referire la factori endogeni și de mediu care susțin consistența sau variabilitatea și care încurajează sau frânează schimbarea.

Cauze interne și externe ale comportamentului

Un alt aspect, viu discutat, vizează identificarea și localizarea cauzelor comportamentului nostru. Aparțin ele persoanei sau mediului? Referitor la această problemă, teoriile lui Freud și cele ale lui Skinner sunt în evidentă opoziție. Ați putut sesiza, prin lectura acestui volum, că, de-a lungul timpului, s-a schimbat însăși nuanța întrebărilor ridicate de cercetători. Mai întâi, aceștia s-au întrebat ce factor anume cauzează comportamentul: persoana sau situația; apoi, în ce grade comportamentul e cauzat de persoane sau de factorii situaționali; în fine, ei și-au pus întrebarea cum interacționează persoanele și factorii situaționali pentru a determina comportamentul.

În teoriile analizate, acest aspect a apărut, cu precădere, în relație cu teoria trăsăturilor și cea social-cognitivă. La o extremă, teoria trăsăturilor sugerează faptul că oamenii au un comportament stabil și consistent de-a lungul timpului și, respectiv, situații. Teoria psihanalitică, cu un accent evident pus pe structura personalității, subliniază cauzele interne ale comportamentului și un nivel de stabilitate generală în funcționarea personalității. La cealaltă extremă, teoria învățării pune accentul pe determinanții externi și pe variabilitatea sau specificitatea situațională a comportamentului. Astfel de portretizări ale modelelor prezentate sunt utile pentru a reliefa cele mai importante diferențe teoretice dintre acestea. În același timp, însă, trebuie sesizat faptul că, în realitate, nici una dintre aceste teorii nu accentuează exclusiv un singur determinant. Într-o anumită măsură, toate teoriile sunt interacționiste; deși în grade diferite, toate pun accentul pe interacțiunea dintre individ și mediu sau dintre persoană și situație, în ceea ce privește determinarea comportamentului. Spre exemplu, teoria trăsăturilor recunoaște importanța factorilor situaționali în activarea anumitor trăsături, precum și în modificarea stărilor dispoziționale ale individului. E de neconceput ca un teoretician psihanalist sau al teoriei trăsăturilor să

se aștepte ca o persoană să etaleze aceleași comportamente în toate situațiile cu care se confruntă. Pe de altă parte, teoria social-cognititvă recunoaște importanța factorilor personali, așa cum rezultă din înseși conceptele utilizate: scopuri, competențe cognitive sau comportamentale, auto-eficacitate sau auto-reglare. De altfel, sintagma "determinism reciproc", cu referire la o relație cauzală mutuală între persoană și situație, reprezintă o piatră unghiulară a teoriei social-cognitive.

Ca și în cazul altor dimensiuni psihice care fac obiectul acestei dispute, accentul cade când pe factorii interni (personali), când pe cei externi (de mediu). În acest sens, s-au colectat un număr considerabil de dovezi pentru a susține variabilitatea comportamentului uman. Asemenea argumente au fost utilizate pentru a aduce o provocare teoriilor trăsăturilor și celor psihodinamice, cu privire la structura personalității și dispozițiile de personalitate (Mischel, 1968). S-au oferit, de asemenea, o serie de mărturii experimentale privind consistența comportamentului uman (Epstein, 1983; Pervin, 1985). Aceasta, însă, nu pare să fie explicată de congruența circumstanțelor din mediu. De altfel, suntem adesea realmente impresionați de rezistența la schimbare a anumitor comportamente, în pofida unor modificări dramatice ale circumstanțelor ambientale. Astfel, în ciuda accentului pus, la un moment dat, predominant pe determinanții situaționali, din ce în ce mai mulți psihologi subliniază rolul semnificativ pe care îl au dispozițiile sau tendințele de răspuns ale indivizilor. Deși mai există încă mari diferențe în ceea ce privește accentul pus fie pe factorii interni (personali), fie pe cei externi (situaționali), toate teoriile personalității recunosc faptul că ambii sunt importanți pentru a înțelege comportamentul. Toți teoreticienii personalității acceptă că există atât consistență, cât și variabilitate în comportamentul unui individ. Sarcina care le rămâne, însă, de soluționat este aceea de a descoperi un model al stabilității comportamentale.

Unitatea comportamentului și conceptul de sine

La fel ca în toate sistemele vii, și în organismul uman întâlnim mișcare, în sensul unei funcționări integratoare și a reducerii conflictelor. Teoriile personalității diferă și prin gradul în care

subliniază caracterul de sistem unitar al funcționării umane. Acest accent pe unitatea comportamentului poate fi regăsit cu precădere în teoriile clinice ale lui Freud și Rogers. Cu excepția lui Allport, această preocupare este mult mai puțin evidentă în cazul teoriilor trăsăturilor și ale învățării. Oare de ce? Fără îndoială, definitorii în ceea ce le privește, motivele sunt complexe și variate, ceea ce ne obligă la schițarea câtorva aspecte. În primul rând, trebuie să reținem că teoriile clinice sunt bazate pe observații asupra unui număr însemnat de comportamente ale unui singur individ. Ori, teoriile lui Freud și Rogers s-au dezvoltat, tocmai pornind de la observațiile clinice. Eforturile lor au fost îndreptate spre înțelegerea relațiilor dintre gânduri, comportamente și emoții. Ei s-au lovit, inevitabil, de probleme, precum conflicte sau amenințări, la nivelul coerenței sistemului, după cum le-au prezentat pacienții lor. Deși există abordări clinice importante, bazate pe teoria învățării, acestea s-au dezvoltat mai degrabă din teorii deja existente decât să constituie o bază pentru noi teorii.

Un al doilea aspect care merită a fi luat în considerare, vizează accentul pus, în cadrul teoriilor trăsăturilor și a învățării, pe explorarea unor variabile particulare. Convingerea, adesea întâlnită aici, este că putem înțelege comportamentul uman prin studiul sistematic al proceselor sau variabilelor particulare. Strategia constă în analiza sistematică a fenomenului pentru a construi de la simplu la complex. Structura și organizarea devin aspecte importante, atunci când cineva ajunge la o înțelegere destul de bună a părților care le alcătuiesc.

În mod tradițional, conceptul de sine a fost utilizat pentru a exprima aspectele structurate, organizate ale funcționării personalității. În teoria psihanalitică, conceptul de ego exprimă aspectele "executive" sau integrative ale funcționării sistemului. Deși, adesea, a fost portretizat sub forma unei persoane sau a unui homunculus din interiorul individului ("Ego-ul caută să reducă conflictul"), în realitate, acesta descrie procesele care au loc în interiorul unei persoane. Pentru Rogers, conceptul de sine are o funcție integrativă foarte importantă. În cazul teoriei sale, individul caută să-și împlinească sinele și să determine sinele și experiența sa să fie reciproc congruente. Allport reliefează conceptul de sine ca pe o entitate organizatorică. Conceptul de sine (sau de *proprium*, după

cum l-a numit Allport) a reușit să dovedească și să argumenteze aspectele organizate și complexe ale sistemului uman matur.

În eforturile lor de a evita abordările vagi, romantice și fanteziste, mulți teoreticieni au ocolit conceptul de sine. În particular, a fost criticat acest concept de sine, perceput ca un homunculus care determină acțiunea din interiorul unei persoane. Cu toate acestea, descoperirile recente din teoria social-cognitivă revalorizează conceptul de sine. Desigur, în cadrul acestei abordări, conceptul de sine este oarecum diferit, deoarece implică standarde pentru lauda de sine și autocriticism, precum și alte funcții autoreglatorii. Deși conceptul nu este denumit ca atare, teoria îl încorporează implicit. În fapt, termenul de eficacitate, sau capacitatea de a realiza acele comportamente necesare obținerii anumitor rezultate, o dimensiune cu o importanță crescândă în teoria lui Bandura, implică diverse cogniții sau credințe despre sine. În linii mari, este privit ca un concept integrativ care poate justifica diverse descoperiri. De altfel, teoria social-cognitivă a pus accent atât pe aspectele organizate ale personalității umane, cât și pe importanța conceptului de sine într-o astfel de organizare.

Cu toate că utilitatea și necesitatea conceptului de sine constituie încă subiect de intensă dezbatere, teoriile personalității continuă să apară și să se dezvolte în relație cu el. Într-o formă sau alta, conceptul de sine este inclus în majoritatea teoriilor, deoarece acesta oferă dovezile asupra modalităților în care ne descifrăm pe noi înșine, dar și asupra aspectelor organizate ale funcționării noastre.

8.2. INFLUENȚELE TRECUTULUI, PREZENTULUI ȘI VIITORULUI ASUPRA COMPORTAMENTULUI

Când ne gândim la Freud, aproape instantaneu ne gândim la comportamentele guvernate de trecut. Când ne gândim la cognitiviști, ne gândim la o persoană care tinde să anticipeze viitorul. Predicția, în acest caz, constituie cheia pentru înțelegerea comportamentului. Accentul pus de Skinner pe contingențele de întărire ale trecutului poate fi pus în opoziție cu importanța acordată de teoria social-cognitivă expectanțelor. Ne punem deci întrebarea: Cine ne reglează comportamentul, trecutul sau așteptările noastre asupra viitorului?

Iată, aşadar, un alt aspect care separă teoriile personalităţii. Diferenţele dintre abordările diverşilor teoreticieni sunt adesea subtile însă suficient de importante în ceea ce priveşte implicarea lor. De exemplu, sugestia lui Bandura, conform căreia întăririle din trecut sunt importante pentru ceea ce s-a *învăţat*, iar aşteptările faţă de întăririle viitoare sunt importante pentru *acţiunile îndeplinite*, reprezintă o distincţie subtilă şi extrem de importantă. Aceasta implică nu doar distincţia dintre achiziţiile şi performanţele comportamentale, ci pune totodată accentul şi pe funcţionarea cognitivă. De fapt, se pare că există o relaţie strânsă între accentul pus pe viitor şi cel pus pe procesele cognitive. Acest lucru nu este deloc surprinzător, din moment ce dezvoltarea proceselor mentale superioare şi a capacităţilor verbale sunt absolut necesare unui organism pentru a putea construi o lume viitoare.

Desigur, în realitate, evenimentele trecute şi anticiparea celor viitoare se influenţează reciproc. Modul în care anticipăm viitorul este inevitabil legat de trecut. De asemenea, e foarte probabil ca şi modalitatea în care privim viitorul să ne influenţeze construirea trecutului. De exemplu, dacă viitorul ne deprimă, e posibil să ne simţim legaţi de trecut, în timp ce, dacă suntem optimişti în ceea ce priveşte viitorul, putem percepe trecutul ca fiind eliberator. Perspectivele noastre asupra prezentului, trecutului sau viitorului reprezintă toate părţi ale propriei experienţe (Pervin ,2002). Înţelegerea relaţiei dintre aceste perspective devine, prin urmare, o sarcină imperativă pentru fiecare teorie a personalităţii.

8.3. TEORIA PERSONALITĂŢII CA RĂSPUNS LA ÎNTREBĂRILE *CE, DE CE* ŞI *CUM*

În capitolul I am afirmat că o teorie a personalităţii ar trebui să răspundă la întrebările *ce*, *de ce,* şi *cum*. În capitolele ulterioare, am luat în considerare conceptele şi principiile utilizate de diverşi teoreticieni pentru a caracteriza personalitatea umană. Câteva dintre conceptele majore ale fiecărei teorii sunt prezentate în tabelul de mai jos. Ajunşi în acest punct, ne propunem să revedem unele dintre aceste concepte, luând în considerare similitudinile dintre teorii, iar, apoi, să ne punem întrebările care au mai rămas.

Tabelul 8.1. *Sumar al conceptelor teoretice majore*

Teoretician Teorie	Structură	Proces	Creştere şi dezvoltare	Patologie	Schimbare	Caz ilustrativ
FREUD	Id, ego, supra-ego, inconştient, preconştient, conştient	Instincte sexuale şi agresive, anxietate, mecanisme de apărare	Zone erogene, stadii de dezvoltare: oral, anal, falic; complexul lui Oedip	Sexualitate infantilă; fixaţie şi regresie; conflict; simptome	Transfer; hotărâre conflictuală; "Unde id-ul a fost, ego-ul ar trebui să fie."	Micul Hans
ROGERS	Sine, sine ideal	Actualizarede sine, congruenţa sinelui cu experienţa; incongruenţă, distorsiune defensivă şi negare	Congruenţă şi actualizare proprie versus incongruenţă şi apărare	Menţinerea defensivă a sinelui; incongruenţă	Atmosferă terapeutică: congruenţă, consideraţie pozitivă necondiţionată, înţelegere empatică	D-na Oak
Modelul trăsăturilor	Caracteristici	Caracteristici dinamice; motive asociate trăsăturilor	Contribuţiile eredităţii şi mediului la trăsături	Scoruri extreme pe dimensiunile trăsăturii ex., neuroticism	Nici un model formal	Femeie de 21 de ani
Teoria învăţării	Răspuns	Condiţionare clasică Condiţionare instrumentală Condiţionare operantă	Imitaţie; Programe de întărire şi aproximaţii succesive	Pattern-uri de răspuns învăţat dezadaptativ	Stingere; învăţare discriminativă, contra-condiţionare; Întărire pozitivă; Imitaţie, desensibilizare; Modificare de comportament	Peter; Reinterpretarea micului Hans
Teoria social-cognitivă	Expectanţe; standarde; scopuri-planuri; credinţe proprii eficace	Învăţare observaţională; Condiţionare vicarinată Procese auto-reglatorii	Învăţarea socială prin observaţie şi experienţă directă; dezvoltarea judecăţilor de autoeficacitate şi a standardelor de autoreglare	Pattern-uri de răspuns învăţat; standarde proprii excesive; probleme în eficacitatea proprie	Modelare; participare ghidată; eficacitate proprie mărită	Reinterpretarea cazului bombardierului

8.3.1. Structura personalității

Aproape fiecare teorie studiată aici se recomandă prin concepte relevante structurii personalității. Teoriile diferă, nu doar în ceea ce privește conținutul acestor unități, ci și în privința nivelului de abstractizare și a complexității organizării structurale. Unitățile structurale descrise de Freud se află la un nivel foarte înalt de abstractizare. E puțin probabil ca vreunul dintre noi să poată vreodată vizualiza/evalua id-ul, ego-ul sau supraego-ul, ori conștientul, preconștientul sau inconștinetul. Oarecum mai puțin abstracte sunt unitățile utilizate de Rogers și Kelly. Deși rămân multe probleme referitoare la definițiile sinelui, explicațiile date de Rogers oferă, totuși, unele metode de investigare sistematică.

Unitățile structurale ale lui Cattell variază în ceea ce privește nivelul de abstractizare, trăsăturile sursă fiind mai abstracte decât cele de suprafață. Cel mai scăzut nivel de abstractizare este ocupat de principala unitate structurală din teoriile învățării - răspunsul. Fie că se referă la un simplu reflex sau la un comportament complex, răspunsul este întotdeauna extern și observabil. Este definit de către comportament. În acest caz, nu se merge de la actul specific la unitatea structurală abstractă, ci actul în sine reprezintă unitatea structurală. Răspunsul este o parte componentă a comportamentului observabil al organismului, și nu unul intern, observabil indirect.

Teoria social-cognitivă a debutat cu un accent similar pus pe externalitate, adică pe răspunsul comportamental. Unitățile structurale ale unui individ au fost clar definite și măsurate obiectiv. Varietatea responsivă a fost relaționată cu cea a mediului și ambele au fost măsurate obiectiv. O dată cu supralicitarea activităților cognitive și a comportamentului autoreglator, s-a realizat o trecere spre accentuarea unor unități structurale mai abstracte. Concepte, precum standarde, judecăți asupra auto-eficacității sau scopuri, tind să fie mult mai abstracte decât cel de răspuns. Chiar mai mult, ele necesită instrumente diferite de măsurare, rezultatul fiind creșterea utilizării rapoartelor verbale de către teoreticienii social-cognitivi. În același timp, ar trebui să fie clar faptul că sporirea accentului pus pe categorii diferite de unități nu a condus la scăderea preocupărilor pentru rigoare, obiectivitate și măsurabilitate. Teoreticienii social-cognitivi continuă să prețuiască conceptele lipsite de echivocitate și care sunt specifice în raport cu metoda prin care sunt evaluate.

Dincolo de diferențele la nivel de abstractizare, teoriile personalității diferă în privința complexității organizării structurale. Această complexitate poate fi privită în termenii numărului de unități implicate sau în funcție de *aranjamentul ierarhic* în care sunt așezate. De exemplu, să analizăm structura relativ simplă descrisă de teoriilor învățării. Există puține categorii de răspuns, iar stabilitatea răspunsurilor nu este atribuită factorilor interni, ci mediului. Prin contrast, modelul psihanalitic include multe unități structurale și aproape un număr nelimitat de posibilități de interrelaționare între unități.

Aceste diferențe în ceea ce privește complexitatea organizării structurale pot fi relaționate cu diferențele cu privire la importanța acordată caracterului structurat și relativ stabil al comportamentului. Conceptul de structură este adesea utilizat pentru a prezenta aspectele mai stabile ale personalității și consistența comportamentului individual în timp și în diverse situații. Să luăm din nou în considerare cele două extreme. Teoria psihanalitică pune un mare accent pe stabilitatea în timp a comportamentului și pe consistența acestuia în diverse situații, în timp ce teoria învățării nu face acest lucru. La o extremă, teoria psihanalitică implică exsitența unor unități abstracte și a unei organizări structurale complexe. La cealaltă extremă, teoria învățării presupune existența unor unități concrete și pune prea puțin accent pe organizarea lor. Cu alte cuvinte, există o relație strânsă între importanța atribuită structurii de către o teorie și accentul teoriei pus pe stabilitatea și consistența comportamentului uman.

8.3.2. Procesele personalității

În analiza noastră asupra teoriilor personalității, s-au identificat majoritatea concepțiilor din psihologie referitoare la întrebarea *de ce* cu referire la comportament. După cum s-a menționat și în capitolul I, multe teorii motivaționale evidențiază eforturile indivizilor de a reduce tensiunea. Tendința organismului de a-și reduce tensiunea este clar menționată în teoria psihanalitică. Freud este de părere că eforturile individului sunt direcționate în

sensul exprimării instinctelor sexuale şi agresive, adică, în sensul reducerii tensiunii asociate cu aceste instincte.

Teoria lui Rogers, prin modelul său motivaţional, sugerează faptul că indivizii adesea caută tensiunea. Rogers consideră că indivizii caută autoactualizarea, că doresc să crească şi să-şi realizeze potenţialul interior, chiar dacă acest lucru conduce la creşterea tensiunii. În plus, Rogers pune accent şi pe o a treia forţă motivaţională-*consistenţa*. Acest tip particular de consistenţă, descris de Rogers, presupune o congruenţă între sine şi experienţă.

Deşi teoriile învăţării, operantă şi social-cognitivă, pun accent pe importanţa întăririlor, ele nu le intrepretează ca pe o modalitate de reducere a tensiunii. Skinner consideră că întăririle sporesc probabilitatea unui răspuns, dar el nu aduce în discuţie problematica tensiunii. În teoria social-cognitivă, accentul cade pe procesele cognitive şi pe dezvoltarea expectanţelor. Întăririle sunt extrem de importante pentru nivelul de performanţă, însă nu şi pentru achiziţia comportamentelor. Expectanţele privind întăririle şi standardele evaluative ghidează şi direcţionează comportamentul; ele oferă motivaţia de a acţiona.

Să reţinem faptul că aceste modele motivaţionale apar în opoziţie, doar dacă presupunem că toate comportamentele trebuie să urmeze aceleaşi principii motivaţionale. Relativ la structură, nu trebuie să presupunem că un individ are doar tendinţe. De asemenea, nu trebuie să presupunem că un individ va căuta întotdeauna reducerea tensiunii sau că va tinde întotdeauna spre autoactualizare sau găsirea consistenţei. În anumite momente, un individ va încerca să reducă tensiunea, în alte momente va încerca să se actualizeze sau să obţină o consistenţă cognitivă. O a treia posibilitate ar fi ca două tipuri de motivaţie să se combine pentru a se sprijini reciproc. Astfel, a face dragoste cu cineva poate favoriza reducerea tensiunii datorate nevoilor sexuale, ajută la exprimarea sinelui, dar este şi un act consistent cu conceptul de sine. Dacă s-ar propune un nou model al proceselor personalităţii atunci sarcina psihologilor ar fi să definească condiţiile în care fiecare tip de motivaţie se relevă şi, respectiv, modalităţile în care tipuri diferite de motivaţie se pot combina pentru a determina comportamentul.

8.3.3. Dezvoltarea personalităţii

În capitolul I am luat în considerare factorii ce contribuie la dezvoltarea personalităţii: culturali, sociali, familiali, genetici. Din nefericire, nici una dintre teoriile studiate nu acordă atenţia cuvenită varietăţii de factori care determină creşterea şi dezvoltarea personală. Teoreticienii învăţării au realizat o muncă excelentă în ceea ce priveşte influenţele eredităţii şi ale mediului, precum şi în ceea ce priveşte tendinţele vârstei referitor la dezvoltarea personalităţii. Teoria psihanalitică acordă atenţie rolului factorilor biologici şi de mediu în dezvoltarea personalităţii, însă, în cele mai multe cazuri, aceste aspecte rămân pur speculative. Este chiar dezamăgitor faptul că teoreticieni, precum Rogers, au atât de puţin de spus în acest domeniu. În fine, cu toate că teoreticienii învăţării au realizat eforturi semnificative pentru a interpreta procesele prin care se transmit influenţele culturale, sociale şi familiale, au neglijat aproape în totalitate factorii biologici. Din fericire, încep să transpară, tot mai evident, influenţele şi contribuţiile semnificative ale teoreticienilor cognitivi. Bandura, de exemplu, a realizat o serie de studii privind învăţarea observaţională, iar Mischel a studiat modalitatea în care copiii îşi dezvoltă diverse metode pentru a tolera întârzierile prea mari în oferirea întăririlor. Pe măsură ce psihologii care studiază personalitatea accentuează tot mai mult rolul variabilelor cognitive, ei devin din ce în ce mai în măsură să încorporeze în propria muncă ansamblu de cercetări şi teorii dedicat dezvoltării cognitive.

Analizând perspectivele teoreticienilor discutate în acest volum, regăsim diferenţe evidente relaţionate cu cel puţin două chestiuni legate de procesul de dezvoltare. Prima se referă la utilitatea conceptului de stadii de dezvoltare, iar a doua vizează importanţa experienţelor timpurii în dezvoltarea ulterioară a personalităţii. Teoria psihanalitică acordă o mare importanţă primilor ani ai vieţii şi conceptului de stadii de dezvoltare. Referitor la primii ani de viaţă, accentul se pune pe relaţiile din cadrul familiei. Un asemenea punct de vedere poate fi pus în opoziţie cu perspectiva genetică şi importanţa unui mediu neîmpărtăşit (experienţe ale indivizilor în medii diferite), inclusiv experienţele din afara casei şi a căminului. Perspectiva psihanalitică asupra dezvoltării stadiale contrastează şi cu teoria social-coitivă. Acesta din urmă critică acid tezele freudiene

privind conceptul de stadiu de dezvoltare, dar şi convingerea aceluiaşi autor, conform căruia personalitatea se conturează în primii ani de viaţă. Teoriile social-cognitive pun, în schimb, accentul pe posibilitatea ca diferite componente ale personalităţii să se dezvolte în modalităţi diferite şi cu un potenţial mult mai mare de schimbare, ca rezultat al experienţelor ulterioare.

În loc de încheiere

Într-un anumit fel, fiecare dintre noi se poate considera un veritabil personolog. Dealtfel, asemeni psihologilor profesionişti, orice persoană îşi elaborează o perspectiva proprie despre natura umană, despre sine şi despre comportamentele semenilor săi; apoi propune o strategie prin care încearcă să prezică reacţile viitoare propri şi ale celor din jur. Procedând astfel majoritatea oamenilor îşi testeaza validitatea teoriilor proprii despre sine şi celălat şi deopotrivă validitatea strategilor lor adaptative. Demersul este valid dar psihologii profesionişti pretind o adâncire a nivelului de analiză în investigarea şi teoretizare peronalităţii. Iată de ce teoriile şi cercetările expuse în acest volum reprezintă eforturile unor specialişti în psihologie de a sistematiza ceea ce se cunoaşte despre personalitatea umană şi de a sugera noi arii de cercetare. Am încercat să evidenţiem similitudinile existente în lucrările acestora, dar şi diferenţele dintre interpretările lor. Cu toate că, în comparaţie cu abordările simţului comun, psihologii profesionişti sunt mult mai expliciţi în ceea ce priveşte perspectiva lor asupra individului şi mult mai sistematici în eforturile lor de a înţelege şi prezice comportamentul uman, există, totuşi, diferenţe evidente şi între perspectivele acestora. În spaţiul acestui volum am discutat suficient de detaliat teoriile unui număr însemnat de psihologi. Ele reprezintă modelele cele mai importante din domeniul în discuţie care, cu toate că nu sunt singurele, le considerăm, totuşi, reprezentative pentru diversitatea de abordări existente.

În încheiere, am putea spune că teoriile personalităţii, la care s-a făcut referire aici, nu trebuie considerate mutual exclusive. Într-o manieră foarte reală, fiecare reprezintă o faţetă plauzibilă a întregului. Într-o expirmare alegorică, comportamentul uman este asemenea unui puzzle uriaş şi foarte complex, iar teoriile personalităţii ne oferă

mai multe piese posibile pentru a clădi structura sa finală. La unele dintre acestea va trebui să se renunţe, pentru că ele nu se potrivesc nicidecum în structura întregului. Multe dintre piese, însă, sunt deosebit de preţioase şi, fără îndoială, ele vor fi foarte utile atunci când se va desăvârşi imaginea întregului. Acestă finalitate, credem noi, ne va destainui, în mare parte, tainele fiinţei umane şi mai cu seamă strategiile ei de a se definii şi autoproteja. Toate oranismele, susţine Dennett (1995), sunt protectoare de sine, adică se apară iar pentru a nu-şi rispi energia în efortul lor de protejare faţă de tot ce este exterior îşi construiesc frontiere între fiinţa lor şi restul lumii. Acesată propensiune minimală de se diferenţia de celălalt pentru a-şi proteja eul portă numele de eu biologic. Spre deosebire de celelate fiinţe, noi oamenii, afirmă acelaşi Dennett, ne creeăm şi un eu secund, un eu al eului pe care îl putem numi eu psihologic. Contrastând cu speciile infraumane, noi suntem mereu într-un proces de a ne prezenta cuiuva sau nouă înşine prin limbaj sau prin gest. Tactica noastră fundamnentală de autoprotecţie, de autocontrol şi de autodefinire nu constă în a ţese pânze precum paianjenii şi nici în a ridica baraje, precum castorii ci în a istorisi şi îndeosebi a întocmi şi controla istoria pe care o relatăm celorlaţi şi nouă înşine despre ceea ce noi suntem şi facem. Iată de ce în funcţie de experienţele pe care le avem, fiecare dintre noii îşi scrie şi rescrie istoria personală. Curios lucru însă, noi nu plănuim în mod conştient şi deliberat ce naraţiuni să relatăm şi nici cum să o facem când ne descriem celorlaţi. Prin urmareputem spune că nu noi suntem cei ce ne ţesem istoriile personale ci mai degrabă ele ne ţes pe noi.

Bibliografie

Achenbach, T., & Zigler, E. (1963). Social competence and self-image disparity in psychiatric and nonpsychiatric patients. *Journal of Abnormal and Social Psychology, 67*, 197-205.

Anderson, J. R. (1975). Review of W. Kintsch, the representation of meaning in memory. *American Journal of Psychology, 88,* 524-532.

Aronson, E., & Metee, D. K. (1868). Dishonest behavior as a function of differential levels of induced self-esteem. *Journal of Personality and Social Psychology, 9*, 121-127.

Baldwin, A. L. (1949). The effect of home environement on nursery school behavior. *Child Development, 20,* 49-61.

Ball, D., Hill, L., Freeman, B. (1997). The serotonin transporter gene and peer-rated neuroticism. *Neuroreport, 8,* 1301-1304.

Bandura, A. (1978a). The self-esteem in reciprocal determinism. *American Psychologist, 33*, 344-358.

Bandura, A. (1978b). Self-inforcement: Theretical and methodological considerations. Cycil M. Francks, & G. Terrence Williams (Eds.). *Annual Review of Behavior Therapy,* Vol. 5.

Bardo, M.T., Donohew, R.L., & Harrington, N.G. (1996). Psychobiology of novelty seeking and drug seeking behavior. *Behavioral Brain Research, 77,* 23-43.

Bayon, C., Hill, K., & Svrakic, D.M. (1996). Dimensional assessment of personality in an outpatient sample: relations of the systems of Millon and Cloninger. *Journal of Psychiatric Research, 30,* 341-352.

Benjamin, J., Li, L., & Patterson, C. (1996). Population and familial association between the D4 dopamine receptor and measures of novelty seeking. *Nature Genetics, 12,* 81-84.

Bergin, A. E., & Strupp, H. H. (1972). *Changing frontiers in the science of psychotherapy*. New York: Aldine-Atherton.

Blum, K., Braverman, E.R., & Wu, S., (1997). Association of polymorphisms of dopamine D2 receptor (DRD2) and dopamine transporter (DAT1) with schizoid / avoidant behaviors (SAB). *Molecular Psychiatry, 2,* 239-246.

Bordages, W., Grabe, M., & Petros, T. (1990). The impact of computer supported study on student awareness of examination preparation and on examination performance. *Journal of Computer-Based Instruction, 17,* 113-119.

Brelet-Foulard, F. & Chabert, .2004). *Noul manual TAT. Abordare psihanalitică*. Bucureşti: Editura Trei

Butler, J. M., & Haigh, G. V. (1954). Changes in the relation between self-concepts and ideal concepts consequent upon client-centered counseling. In C. R. Rogers & R. F. Dymond (Eds.), *Psychotherapy and personality change*. Chicago: University of Chicago Press, 55-75.

Cartwright, D. S. (1954). Self-consistency as a factor affecting immediate recall. *Journal of Abnormal and Social Psychology, 52,* 212-218.

Chodorkoff, B. (1954). Self-perception, perceptual defence, and adjustment. *Journal of Abnormal and Social Psychology, 29,* 508-512.

Chordkoff, B. (1954). Self-perception, perceptual defence, and adjustment. *Journal of Abnormal and Social Psychology, 49*, 508-512.

Christodoulou, C., Rosen, J., J., & Janal, M., N. (1995). Personality differences in patterns of risk taking while gambling. *Psychological Reports*, *76,* 1307-1314.

Cloninger, C.R. (1987). A systematic method for clinical description and classification of personality variants. *Archives of General Psychiatry, 44,* 573-588.

Cloninger, C.R. (1994a). Genetic structure of personality and learning: a phylogenetic structure. *Clinical Genetics, 46,* 124-137.

Cloninger, C.R. (1994b). Temperament and personality. *Current Opinion in Neurobiology,* 4, 266-273.

Cloninger, C.R. (1995). The psychobiological regulation of social cooperation. *Nature Medicine, 1,* 623-625.

Cloninger, C.R., Pryzbeck, T.R., & Svrakic, D.M. (1994). *The Temperament and Character Inventory (TCI): A Guide to Its Development and Use.* St. Louis, MO, Washington University Center for Psychobiology of Personality.

Cloninger, C.R., Svrakic, D.M. (1997). Integrative psychobiological approach to psychiatric assessment and treatment. *Psychiatry, 60,* 120-141.

Cloninger, C.R., Svrakic, D.M., & Pryzbeck, T.R. (1993) A psychobiological model of temperament and characters. *Archives of General Psychiatry, 50,* 975-990.

Cloninger CR, Svrakic DM, Przybeck TR. (2006). Can personality assessment predict future depression? A twelve-month follow-up of 631 subjects. *Journal of Affective Disorders*.92(1):35-44.

Coan, R. W. (1972). Measurable components of openness to experience. *Journal of Clinical Psychology, 39,* 346.

Comings, D.E., Wu, S., & Chiu, C. (1995). Polygenic inheritance of Tourette syndrome, stuttering, attention deficit hyperactivity, conduct, and oppositional defiant disorder. *American Journal of Medical Genetics, 67,* 264-288.

Contrada, R. J., Czarnecki, E. M., & Pan, L-C. (1997). Health-damaging personality traits and verbal-autonomic dissociation: The role of self-control and environmental control. *Health Psychology, 16,* 451-457.

Cook, E.H., Jr., Stein, M.A., & Krasowski, M.D. (1995). Association of attention deficit disorder and the dopamine transporter gene. *American Journal of Human Genetics, 56,* 993-998.

Coopersmith, S. (1967). *The antecedents of self-esteem*. New York: W.H. Freeman.

Corr, P.J., Pickering, A.D., & Gray, J.A. (1995a). Personality and reinforcement in associative and instrumental learning. *Personality and Individual Differences, 19,* 47-71.

Corr, P.J., Wilson, G.D., & Fotiadou, M. (1995b). Personality and affective modulation of the startle reflex. *Personality and Individual Differences, 19,* 543-553.

Cowley, D.S., Roy-Byrne, P.P., & Greenblatt, D.J. (1993). Personality and benzodiazepine sensitivity in anxious patients and control subjects. *Psychiatry Research, 47,* 151-162.

Cowley, D.S., Roy-Byrne, P.P., & Greenblatt, D.J. (1996). Effect of diazepam on plasma gamma-aminobutyric acid in sons of alcoholic fathers. *Alcohol Clinical and Experimental Research, 20,* 343-347.

Curtis, R. C., & Miller, K. (1986). Believing another likes or dislikes you: Behaviors making the beliefs come true. *Journal of Personality and Social Psychology, 51,* 284-290.

Daniels, M. (1982). The development of the concept of self-actualization in the writings of Abraham Maslow. *Current Psychological Reviews, 2,* 61-76.

Daniels, M. (1988). The myth of self-actualization. *Journal of Humanistic Psychology, 28,* 7-38.

Darley, J. M., & Fazio, R. (1980). Expentancy confirmation processes arising in the social interaction sequence. *American Psychologist, 35,* 867-881.

Davis, J., Lockwood, L., & Wright, C. (1991). Reasons for not reporting peak experiences. *Journal of Humanistic Psychology, 31,* 86-94.

Davis, P. J., & Schwartz, G. E. (1987). Repression and the inaccessibility of afective memories. *Journal of Personality and Social Psychology, 52,* 155-162.

Deakin, J. F.W. (1996). 5-HT, antidepressant drugs, and the psychosocial origins of depression. *Journal of Psychopharmacology, 10,* 31-38.

Deakin, J. F.W., & Graeff, F.G. (1991). 5-HT and mechanisms of defense. *Journal of Psychopharmacology, 5,* 305-315.

Deci, E. L., & Ryan, R. M. (1985). *Intrinsic motivation and self determination in human behavior.* New York: Plenum.

Dennett, D.C., (1995). Mecanismes mentaux _ Mecanismes sociaux. Parris, Editions La Decouverte.

Depue, R.A. (1996). A neurobiological framework for the structure of personality and emotion: Implications for personality disorders. In J. Clarkin, M. Lenzenweger (Eds.), *Major theories of personality disorders* (pp. 347-390). New York: Guilford.

Depue, R.A., & Collins, P.F. (1990). Neurobiology of the structure of personality: Dopamine, facilitation of incentive motivation and extraversion. *Behavioral and Brain Sciences, 22,* 491-517.

Derakshan, N., & Eysenck, M. W. (1997). Interpretive biases for one's own behaviour and physiology in high-trait-anxious individuals and repressors. *Journal of Personality and Social Psychology, 73,* 816-825.

Downey, K.K., Pomerleau, C.S., & Pomerleau, O.F. (1996). Personality differences related to smoking and adult attention deficit hyperactivity disorder. *Journal of Substance Abuse, 8,* 129-135.

Ebstein, R.P., Gritsenko, I., Nemanov, L., Frisch, A., Osher, Y., & Belmaker, R.H. (1997a). No association between the serotonin transporter gene regulatory region polymorphism and the three dimensional personality questionnaire (TPQ) temperamental of harm avoidance. *Molecular Psychiatry, 2,* 224-226.

Ebstein, R.P., Novick, O., & Umansky, R. (1996). Dopamine D4 receptor (D4DR) exon III polymorphism associated with the human personality trait of novelty seeking. *Nature Genetics, 12,* 78-80.

Ebstein, R.P., Segman, R., & Benjamin, J. (1997b). 5-HT2c (HTR2C) serotonin receptor gene polymorphism associated with the human personality trait of reward dependence: interaction with dopamine D4 receptor (D4DR) and dopamine D3 receptor (DJDR) polymorphisms. *American Journal of Medical Genetics, 74,* 65-72.

Epstein, S. (1994). Integration of the cognitive and the psychodynamic unconscious. *American Psychologist, 49,* 709-724.

Erdelyi, M. H., & Goldberg, B. (1979). Let's not sweep repression under the rug: Toward a cognitive psychology of repression. In J. F. Kihlstrom & F. J. Evans (Eds.), *Functional disorders of memory* (pp. 355-402). Hillsdale, N. J.: Erlbaum.

Eysenck, H.J. (1967). *The biological basis of personality.* Springfield, IL: Charles C. Thomas.

Eysenck, H.J. (1990) Biological dimensions of personality. In L.A. Pervin (Ed.), *Handbook of personality: Theory and research* (pp.244-276). New York: Guilford Press.

Eysenck, H.J. (1991). Dimensions of personality: The biosocial approach to personality. In J. Strelau, A. Angleitner (Eds.), *Exploration in temperament* (pp. 87-103). London: Plenum Press.

Feldman, D. C., & Lankau, M. J. (2005), Executive Coaching: A Review and Agenda for Future Research, *Journal of Management*, 31, 6, 829-848.

Freud, S. (2004). *Opere, vol. 10 – Introducere în psihanaliză,* Bucureşti: Editura Trei.

Ferster, C. B., & Skinner, B. F. (1957). *Schedules of reinforcement.* New York: Appleton-Century-Crofts.

Fleming, K., Bigelow, L.B., & Weinberger, D.R. (1995). Neuropsychological effects of amphetamine may correlate with personality characteristics. *Psychopharmacological Bulletin, 31,* 358-362.

Fowler, J.S., Volkow, N.D., & Wang, G-J. (1996). Inhibition of monoamine oxidase B in the brains of smokers. *Nature, 379,* 733-736.

Freud, S. (1900/1953). *The interpretation of dreams.* The standard edition, vol. I, II. London: Hogarth.

Freud, S. (1901, 1960). *The psychopathology of everyday life.* The standard edition, vol. IV. London: Hogarth.

Freud, S. (1905/1965). *Three essays on the theory of sexuality.* New York: Avon Books.

Freud, S. (1911, 1958). *Formulation of the two principles of mental functioning.* The standard edition, vol. XII. London: Hogarth.

Freud, S. (1920/1977). Al di là del principio del piacere. In *Opere, vol. IX.* Torino: Boringhieri.

Freud, S. (1933/1965). *New introductory lectures on psychoanalysis.* New York: Norton.

Freud, S. (1940). An outline of psychoanalysis. *International Journal of Psychoanayisis, 21,* 27-84.

Freud, S. (1955). Beyond the pleasure principle. In J. Strachey (Ed.), *The standard edition of the complete psychological works.* London: Hogarth Press, (Original work published 1920), (Vol. 18).

Frith, C.D., Dowdy, J., & Ferrier, I.N. (1985). Selective impairment of paired associate learning after administration of a centrally-acting adrenergic agonist (clonidine). *Psychopharmacology, 87,* 490-493.

Garvey, M.J., Noyes, R. Jr., & Cook, B. (1996). Preliminary confirmation of the proposed link between reward-dependence traits and norepinephrine. *Psychiatry Research, 65,* 61-64.

Gelernter, J., Vandenbergh, D., & Kruger, S.D. (1995). The dopamine transporter protein gene (SLC6A3): primary linkage mapping and linkage studies in Tourette syndrome. *Genomics, 30,* 459-463.

Geller, E.S., Winett, R.A., & Everett, P.B. (1982). *Preserving the environment. New strategies for behavior change.* New York: Pergamon.

Gendlin, E. T. (1988). Carl Rogers (1902-1987) [Orbituary]. *American Psychologist, 43,* 127-128.

Gendlin, E. T., & Tomlinson, T. M. (1967). The process conception and its measurement. In C. R. Rogers, E. T. Gendlin, D. J. Kiesler, & C. B. Truax (Eds.), *The therapeutic relationship and its impact: A study of psychotherapy with schizophrenics.* Madison: University of Wisconsin Press.

George, M.S., Cloninger, C.R., Kimbrell, T.A., Willis, M., Parekh, P.I., Danielson, A., Ketter, T.A., Herscovitch, P., & Post, R.M. (1996). *Toward the Neurobiological Basis of Temperament: PET Studies of Cloninger's Tridimensional Scale in Healthy Adults.* American College of Neuropsychopharmacology, San Juan, PR.

Gill, M., Daly, G., & Heron, S. (1997). Confirmation of association between attention deficit hyperactivity disorder and a dopamine transporter polymorphism. *Molecular Psychiatry, 2,* 311-313.

Goldsmith, H.H., Buss, A.H., & Plomin, R. (1987). What is temperament? Four approaches. *Child Development, 58,* 505-529.

Gray, J.A. (1987). *The psychology of fear and stress.* Cambridge, England: Cambridge University Press.

Harrington, D. M., Block, J. H., & Blok, J. (1987). Testing aspects of Carl Rogers's theory of creative environments: Child-rearing antecedentes of creative potential in young adolescents. *Journal of Personality and Social psychology, 52,* 851-856.

Harris, B. (1979). Watever happened to Little Albert? *American Psychologist, 34,* 151-160.

Hartley, D., Roback, H. P., & Abramowitz, S. I. (1976). Deteriorations effects in encounter groups. *American Psychologist, 31,* 247-255.

Hay, P., Sachdev, P., & Cummings, S. (1993). Treatment of obsessive-compulsive disorder by psychosurgery. *Acta Psychiatrica Scandinavica, 87,* 197-207.

Howard, M.O., Cowley, D.S., & Roy-Byrne, P. (1996). Tridimensional personality traits in sons of alcoholic and nonalcoholic fathers. *Alcohol Clinical and Experimental Research, 20,* 445-448.

Joffe, R.T., Bagby, R.M., & Levitt, A.J. (1993). The Tridimensional Personality Questionnaire in major depression. *American Journal of Psychiatry, 150,* 959-960.

Jones, A., & Crandall, R. (1986). Validation of a short index of self-actualization. *Personality and Social Psychology Bulletin, 12,* 63-73.

Jones, E. (1953, 1955, 1957). *The life and work of Sigmund Freud,* vols. 1, 2, 3. New York: Basic Books.

Jones, M. C. (1924a). The elimination of children's fears. *Journal of Experimental Psychology, 7,* 382-390.

Jones, M. C. (1924b). A laboratory study of fear: The case of Peter. *Journal of Genetic Psychology, 31,* 308-315.

Jourard, S. M., & Remy, R. M. (1955). Perceived parental attitudes, the self, and security. *Journal of Consulting Psychology, 19,* 364-366.

Joyce, P.R., Mulder, R.T., & Cloninger, C.R. (1994). Temperament predicts clomipramine and desipramine response in major depression. *Journal of Affective Disorders, 30,* 35-46.

Juckel, G., Schmidt, L.G., & Rommelspacher, H. (1995). The Tridimensional Personality Questionnaire and the intensity dependence of auditory evoked dipole source activity. *Biological Psychiatry, 37,* 311-317.

Kant, I. (1798). *Anthropology from a pragmatic point of view.* Translated by Gregor MJ. (1974). The Hague: Martinus Nijhoff.

Klein, M. H., Malthieu, P. L. Gendlin, E. T., & Kiesler, D. J. (1969). *The Experiencing Scale: A research and training manual.* Madison: Wisconsin Psychiatric Institute.

Koestner, R., & McClelland, D. C. (1990). Perspectives on competence motivation. In L. A. Pervin (Ed.), *Handbook of personality: Theory and research* (pp. 527-548). New York: Guilford Press.

Kotler, M., Cohen, H., & Segman, R. (1997). Excess dopamine D4 receptor (D4DR) exon III seven repeat allele in opioid-dependent subjects. *Molecular psychiatry, 2,* 251-254.

LaHoste, G.J., Swanson, J.M., & Wigal, S.B. (1996). Dopamine D4 receptor gene polymorphism is associated with attention deficit hyperactivity disorder. *Molecular Psychiatry, 1,* 121-124.

Lazarus, R. S. (1966). *Psychological stress and the coping process.* New York: McGram-Hill.

Lecky, P. (1945). *Self-consistency: A theory of personality.* New York: Island.

Lensvelt-Mulders, G. J. L. M. (2000). *Personality at different levels: A behavior genetic approach.* PhD thesis, Tilburg: IVA.

Lesch, K.P., Bengal, & D., Hells, A. (1996). Association of anxiety-related traits with a polymorphism in the serotonin transporter gene regulatory region. *Science, 274,* 1527-1531.

Lewis, M., & Brooks-Gunn, J. (1979). *Social cognition and the acquisition of self.* New York: Plenum.

Lowry, R. (1979). *The journals of A. H. Maslow.* Monterey, (Ed.), CA Brooks/Cole.

Maddi S.R., & Costa P.T., Jr. (1972). *Humanism in psychology: Allport, Maslow and Murray.* Chicago, IL: Aldine.

Mahoney, J., & Hartnett, J. (1973). Self-actualization and self-ideal discrepancy. *Journal of Psychology, 85,* 37-42.

Malhotra, A.K., Virkkunen, M., & Rooney, W. (1997). The association between the dopamine D4 receptor (D4DR) 16 amino acid repeat polymorphism and novelty seeking. *Molecular Psychiatry, 1,* 388-391.

Maslow, A. H. (1954/1987). *Motivation and personality.* New York: Harper & Row.

Maslow, A. H. (1955). *Deficiency Motivation and Growth Motivation.* In Jones, M.R. (Ed.), Nebraska Symposium on Motivation, University of Nebraska Press.

Maslow, A. H. (1964/1970). *Religions, Values, and Peak-experiences.* Ohio State University Press.

Maslow, A. H. (1966). Toward a psychology of religious awareness. *Explorations, 9,* 23-41.

Maslow, A. H. (1968). *Toward a psychology of beeing.* Princeton, N. J.: Van Nostrand.

Maslow, A. H. (1969). Toward a humanistic biology. *American Psychologist, 24,* 724-735.

Maslow, A.H. (1954/1987). *Motivation and Personality,* Harper and Row, New York.

Mathes, E. W. (1984). Convergence among measures of interpersonal attraction. *Motivation and Emotion, 8,* 77-84.

Mathes, E. W., Roter, P. M., & Joerger, S. M. (1982). A convergent validity study of six jealousy scales. *Psychological Reports, 50,* 1143-1147.

Medinnus, G. R., & Curtis, F. J. (1963). The relation between maternal self-acceptance and child acceptance. *Journal of Consulting Psychology, 27,* 542-544.

Menza, M. A., Mark, M. H., & Burn, D. J. (1995). Psychiatric correlates of 18F-dopa striatal uptake: results of positron emission tomography in Parkinson's disease. *Journal of Neuropsychiatry and Clinical Neurosciences, 7,* 176-179.

Miclea, M (1997). *Stres şi apărare psihică.* Cluj Napoca, Presa Universitara Clujană.

Miller, J. B. (Ed.) (1973). *Psychoanalysis and Women.* Baltimore, Penguin Books.

Mittelman, W. (1991). Maslow's study of self-actualization: A reinterpretation, *Journal of Humanistic Psychology, 31,* 114-135.

Morokoff, P. J. (1985). Effects of sex, guilt, repression, sexual "arousability", and sexual experience on female sexual arousal during erotica and fantasy. *Journal of Personality and Social Psychology, 49,* 177-187.

Nakamura, T., Muramatsu, T., & Ono, Y. (1997). Serotonin transporter gene regulatory region polymorphism and anxiety-related traits in the Japanese. *American Journal of Medical Genetics, 74,* 544-545.

Nelson, E. C., Cloninger, C. R., & Przybeck, T. R. (1996). Platelet serotonergic markers and Tridimensional Personality Questionnaire measures in a clinical sample. *Biological Psychiatry, 40,* 271-278.

Olds, J., & P. M. Milner. (1954). Positive reinforcement produced by electrical stimulation of the septal area and other regions of the rat brain. *Journal of Comparative and Physiological Psychology, 47,* 419-427.

Ono, Y., Manki, H., & Yoshimura, K. (1997). Association between dopamin D4 receptor (D4DR) exon III polymorphism and novelty seeking in Japanese subjects. *American Journal of Medical Genetics.*

Opre, A. (2002). *Inconştientul cognitiv.* Cluj Napoca: ASCR.

Opre, A. (2002). *Noi tendinţe în psihologia personalităţii,* Vol I. Modele teoretice. Cluj Napoca: Ed. ASCR.

Opre, A. (2003). *Noi tendinţe în psihologia personalităţii,* Vol. II. Diagnoză, studii experimentale şi aplicaţii, Cluj Napoca: Ed. ASCR

Osgood, C. E., & Luria, Z. (1954). A blind analysis of a case of multiple personality using the semantic differential. *Journal of Abnormal and Social Psychology, 49,* 579-591.

Osgood, C. E., Suci, G. J., & Tannenbaum, P. H. (1957). *The measurement of meening.* Urbana, Ill.: Univerity of Illinois Press.

Pavlov, I. P. (1906). The scientific investigations of the psychical faculties or processes in the higher animals. *Science, 24*, 613-619.
Pavlov, I. P. (1927). *Conditioned reflexes*. London: Oxford University Press.
Pavlov, I. P. (1928). *Lectures on conditioned reflexes*, vol. I. New York: Dover.
Pervin, L. A. (1967). Satisfaction and perceived self-enivironement similarity: A semantic differential stady of student-college interaction. *Journal of Personality, 35*, 623-634.
Pervin, L. A. & John,O.P. (2001). Handbook of personality: Theory and research. New York,Guilford Press.
Pervin, L. A. (2002). *The Science of Personality*, 2/e, London: Oxford University Press.
Pervin, L.A., Cervone, D. & John,O.P. (2004). *Personality: theory and research*. New York.
Peterson, C., & Seligman, M.E.P. (2004). *Character Strenghts and Virtues: A Handbook and Classification*, New York: Oxford University Press.

Pickering, A. D., & Gray, J. A. (1999). The neuroscience of personality. In L.A. Pervin, O.P. John (Eds.), *Handbook of personality: Theory and research* (pp. 277-299). New York: Guilford.
Plouffe, L., & Gravelle, F. (1989). Age, Sex, and personality correlates of self actualization in elderly adults. *Psychological Reports, 65*, 643-647.
Potkay, C. R., & Allen, B. P. (1986). *Personality: Theory, research, and applications*. Paific Grove, CA: Brooks/Cole.
Privette, G. (1983). Peak experience, peak performance and flow: A comparative analysis of positive human experiences. *Journal of Personality and Social Psychology, 45*, 1361-1368.
Privette, G. & Bundrick, C. (1987), Measurement of Experience: Construct and Content Validity of the Experience Questionnaire. *Perceptual and Motor Skills, 65*, 315-332.
Privette, G., Quackenbos, S., & Klentz, B. (1985). Psychotherapy: sacred or secular. *Journal of Counseling and Development, 63*, 290-293.
Raimy, V. C. (1948). Self-reference in counceling interviews. *Journal of Consulting Psychology, 12*, 153-163.
Radu, I. (2002). Demersuri tipice în abordarea personalității. În Opre, A. (coord.), *Noi tendințe în psihologia personalității*, Modele teoretice. Cluj-Napoca: ASCR.
Ricketts, M.H., Hamer, R.M., & Sage, J.I. (in press). Association of a serotonin transporter gene promoter polymorphism with harm avoidance behavior in an elderly population. *Psychiatry Genetics, 34*, 223-245.
Rogers, C. R. (1942). *Counseling and psychoterapy: Newer concepts in practice*. Boston: Houghton Mifflin.
Rogers, C. R. (1947). Some observations on the organization of personality. *American Psychologist, 2*, 358-368.
Rogers, C. R. (1951). *Clientcentered therapy: Its current practice, implications and theory*. Boston: Houghton Mifflin.
Rogers, C. R. (1954). The case of Mrs. Oak: A research analysis. In C. R. Rogers & R. F. Dymond (Eds.), *Psychotherapy and personality change*. Chicago: University of Chicago Press, 259-348.
Rogers, C. R. (1956). Intellectualized psychotherapy. *Conteporary Psychology, 1*, 357-358.
Rogers, C. R. (1961). *On becoming a person: A therapist's view of psychotherapy*. Boston: Houghton Mifflin.
Rogers, C. R. (1963). The actualizing tendecy in relation to "motives" and to consciousness. In M. R. Jones (Ed.), *Nebraska symposium on motivation* (pp. 1-24). Lincoln: University of Nebraska Press.
Rogers, C. R. (1967a). Autobiography. In E. G. Boring & G. Lindzey (Eds.), *A history of psychology in autobiography*, Vol.5. New York: Appleton, 1967.
Rogers, C. R. (1967b). *The therapeutic relationship and its impact: A study of psychotherapy with schizophrenics*. Madison: University of Wisconsin Press.
Rogers, C. R. (1970). *Carl Rogers on encounter groups*. New York: Harper & Row.
Rogers, C. R. (1971). What it means to become a person. In L. F. S. Natalicio & C. F. Hereford, The teacher as a person (pp. 59-74). 2d ed. Dubuque, Iowa: W. C. Brown Co. LB1775. N26 1971.
Rogers, C. R. (1980). *A way of being*. Boston: Houghton Mifflin.
Rogers, C. R. (1987). An interview with Carl Rogers. In A. O. Ross, *Personality: The scientific study of complex human behavior*. New York: Holt, Rinehart &Winston, 118-119.
Rommelspacher, H., May, T., & Dufeu, P. (1994). Longitudinal observations of monoamine oxidase B in alcoholics: differentiation of marker characteristics. *Alcohol Clinical and Experimental Research, 18*, 1322-1329.
Ross, A. O. (1987). *Personality: The scientific study of complex human behavior*. New York: Holt, Rinehart & Winston.
Salter, A. (1949). *Conditioned reflex therapy*. New York: Farrar Straus.

Salter, M. D. (1949). The role of the clinical psychologist in Canada. *Canadian Journal of Psychology, 3,* 16-18.

Sander, T., Harms, H., & Dufeu, P. (in press). Dopamine D4 receptor exon III alleles and variation of novelty seeking in alcoholics. *American Journal of Medical Genetics.*

Segal, M., & Bloom, F.E. (1976). The action of norepinephrine in the rat hippocampus, IV: the effects of locus coeruleus stimulation on evoked hipocampal unit activity. *Brain Research, 107,* 513-525.

Shostrom, E. L. (1972). *Freedom to be.* New York: Bantam Books

Shostrom, E. L. (1983). *From manipulator to master.* New York: Bantam Books.

Siever, L.J., Davis, L. (1991). A psychobiological perspective on the personality disorders. *American Journal of Psychiatry, 148,* 1647-1658.

Silverman, B.I. & Cochrane, R. (1972). The effect of the social context on the principle of belief congruence. *Journal of Personality and Social Psychology, 22,* 259-268.

Silverman, L. H., Ross, D. L., Aldler, J. M., & Lustig, D. A. (1978). Simple research paradigm for demonstrating subliminal psychodynamic activation: Effects of oedipal stimuli on dartthrowing accuracy in college men. *Journal of Abnormal Psychology, 87,* 341-357.

Skinner, B. F. (1948). *Walden two.* New York: Macmillan.

Skinner, B. F. (1953). *Science and human behavior.* New York: Macmillan.

Skinner, B. F. (1959). *Cumulative record: A selection of papers* (3rd edition). New York: Appleton-Century-Crofts.

Skinner, B. F. (1968). *The technology of teaching.* New York: Appleton-Century Crofts.

Skinner, B. F. (1969). *Contingencies of reinforcement: A theoretical analysis.* New York: Appleton-Century Crofts.

Skinner, B. F. (1972, March, April). I have been misunderstud. *The Center Magazine, 2,* 63-65.

Skinner, B. F. (1973). Intellectual self-management in old-age. *American Psychologist, 38,* 239-244.

Skinner, B. F. (1974). *About behaviorism.* New York: Knopf.

Skinner, B. F. (1976). *Particulars of my life.* New York: Knopf.

Skinner, B. F. (1978). *Reflections on behaviorism and society.* Engelwood Cliffs, NJ: Prentice-Hall.

Skinner, B.F. (1971). *Beyond freedom and dignity.* New York: Alfred A. Knopf.

Stalings, M.C., Hewitt, J.K., & Cloninger, C.R. (1996). Genetic and environmental structure of the Tridimensional Personality Questionnaire: three or four temperament dimensions? *Journal of Personality and Social Psychology, 70,* 127-140.

Stelmack, R.M. (2005). *On the psychobiology of Personality.* Elsevier.

Stephenson, W. (1953). *The study of behavior: Q-technique and its methodology.* Chicago: University of Chicago Press.

Suinn, R., Osborne, D., & Winfree, P. (1962). The self-concept and accuracy of recall of inconsistent self-related information. *Journal of Clnical Psychology, 18,* 473-474.

Sullivan, P.F., Fifield, W.J., Kennedy, M.A. (1990). No association between novelty seeking and the type 4 dopamine receptor gene (DRD4) in two New Zealand samples. *American Journal of Psychiatry, 155,* 98-101.

Sullivan, P.F., Fifield, W.J., & Kennedy, M.A. (1997). Novelty seeking and a dopamine transporter gene polymorphism (DAT1). *Biological Psychiatry, 42,* 1070-1072.

Sulloway, F., J. (1979). *Freud: Biologist of the mind.* New-York: Basic Books.

Svrakic, D.M., Whitehead, C., & Przybeck, T.R. (1993). Differential diagnosis of personality disorders by the seven factor model of temperament and character. *Archives of General Psychiatry, 50,* 991-999.

Svrakic, N.M., Svrakic, D.M., & Cloninger, C.R. (1996). A general quantitative theory of personality development: fundamentals of a se1f-organizing psychobiological complex. *Development and psychopathology, 8,* 247-272.

Swann, W. B., Jr. (1983). Self-verification: Bringing social reality into harmony with the self. In J. Suls & A. G. Greenwald (Eds.), *Social psychological perspectives on the self* (pp. 33-66). Hillsdale, N. J.: Erlbaum.

Swanson, J.M., Wigal, T., & Conboy, M.S. (1994). Use of MEL and dBASE programs in large sample experiments: correlation of scores on Cloninger's personality dimensions with performance measures on Posner's laboratory test of attention. In C.R. Cloninger, T.R. Przybeck, D.M. Svrakic (Eds.), *TCI: Guide to Its Development and Use* (pp 141-143). St. Louis, MO, Washington University Center for Psychobiology.

Tai, C.T., Clark, A.J., M., & Feldon, J. (1991). Electrolytic lesions of the nucleus accumbens in rats which abolish the PREE enhance the locomotor response to amphetamine. *Experimental Brain Research, 86,* 333-340.

Tellegen, A. (1985). Structures of mood and personality and their relevance to assesing anxiety with an emphasis an self-report. In A.H. Tuma, J.D. Maser (Eds.), *Anxiety and the anxiety disorders* (pp. 681-706). Hillsdale, NJ: Erlbaum.

Tiihonen, J., Kuikka, J., & Bergstrom, K. (1995). Altered striatal dopamine reuptake site densities in habitually violent and non-violent alcoholics. *Nature Medicine, 1,* 654-657.

Tome, M.B., Cloninger, C.R., & Watson, J.P. (1997). Serotonergic autoreceptor blockade in the reduction of antidepressant latency: personality variables and response to paroxetine and pindolol. *Journal of Affective Disorders, 44,* 101-109.

Turner, R. H., & Vanderlippe, R. (1958). Self-ideal consequence as an index of adjustment. *Journal of Abnormal and Social Psychology, 57,* 202-206.

Vedeniapin, A., Anokhin, A., & Sirevaag, E. (1997). *P300 and personality in relation to personality disorders.* Paper presented at the Psychophysiology Seminar, Department of Psychiatry, Washington University, St. Louis, MO, October.

Weinberger, D. A., & Davidson, M. N. (1994). Styles of inhibiting emotional expression: Distinguishing repressive coping from impression management. *Journal of Personality, 62,* 587-613.

Weinberger, J. (1989). Response to Balay and Shevrin: Constructive critique or misguided attack? *American Psychologist, 44,* 1417-1419.

Wilson, S. R. (1988). The controversy: toward an integration of humanistic and interactionist theory. *Journal of Humanistic Psychology, 28,* 39-65.

Wilson, S. R., & Spencer, Robert C. (1990). Intense personal experiences: Subjective interpretations, and after-effects. *The Journal of Clinical Psychology, 46,* 565-573.

Wilsson, E., & Sundgren, P.E. (1997). The use of a behavior test for the selection of dogs for service and breeding, I: method of testing and evaluating test results in the adult dog, demands on different kinds of service dogs, sex and breed differences. *Applied Animal Behavior Science, 53,* 279-295.

Wodarz, N., Wiesbeck, G.A., & Rommelspacher, H. (1996). Excretion of betacarbolines harman and norharman in 24-hour urine of chronic alcoholics during withdrawal and controlled abstinence. *Alcohol Clinical and Experimental Research, 20,* 706-710.

Wolpe, J. (1958). *Psychotherapy by reciprocal inhibition.* Stanford, CA: Stanford University Press.

Wolpe, J. (1973). *The practice of behavior therapy,* (2nd. Edition). New York: Pergamon.

Wolpe, J., & Lazarus, A. A. (1966). *Behavior therapy techniques: A guide to the treatment of neuroses.* New York: Pergamon.

Yeagle, E., Privette, G., & Dunham, F. (1989). Highest happiness: An analysis of artists' peak experience. *Psychological Reports, 65,* 523-530.

Zee, N. (2006). Hidden Agenda: What do personality trait assessements really assess?: http://www.nickyee.com/ponder/big5.html

Zhao, H. & Seibert, S. E. (2006). The Big Five Personality Dimensions and Entrepreneurial Status: A Meta-Analytical Review, *Journal of Applied Psychology, 91,* 2, 259-271.

Zuckerman, M. (1991). *Psychobiology of personality.* Cambridge, England: Cambridge University Press.

Zuckerman, M. (1993). Personality from top (traits) to bottom (genetics) with stops at each level between. In J. Hettema, & I.J. Deary (Eds.), *Foundation of personality* (pp. 73-100). Dordrecht, Netherlands: Kluwer Academic.

Zuckerman, M. (1994a). An alternative five factor model for personality. In C.F. Halverson, G.A. Kohnstamm, R.P. Martin (Eds.), *The developing structure of temperament and personality from infancy to adulthood* (pp. 53-68). Hillsdale NJ: Erlbaum.

Zuckerman, M. (1995). Good and bad humors: biochemical bases of personality and its disorders. *Psychological Science, 6,* 325-332.

Zuckerman, M. (2005). *Psychobiology of personality* (second edition). Cambridge University Press